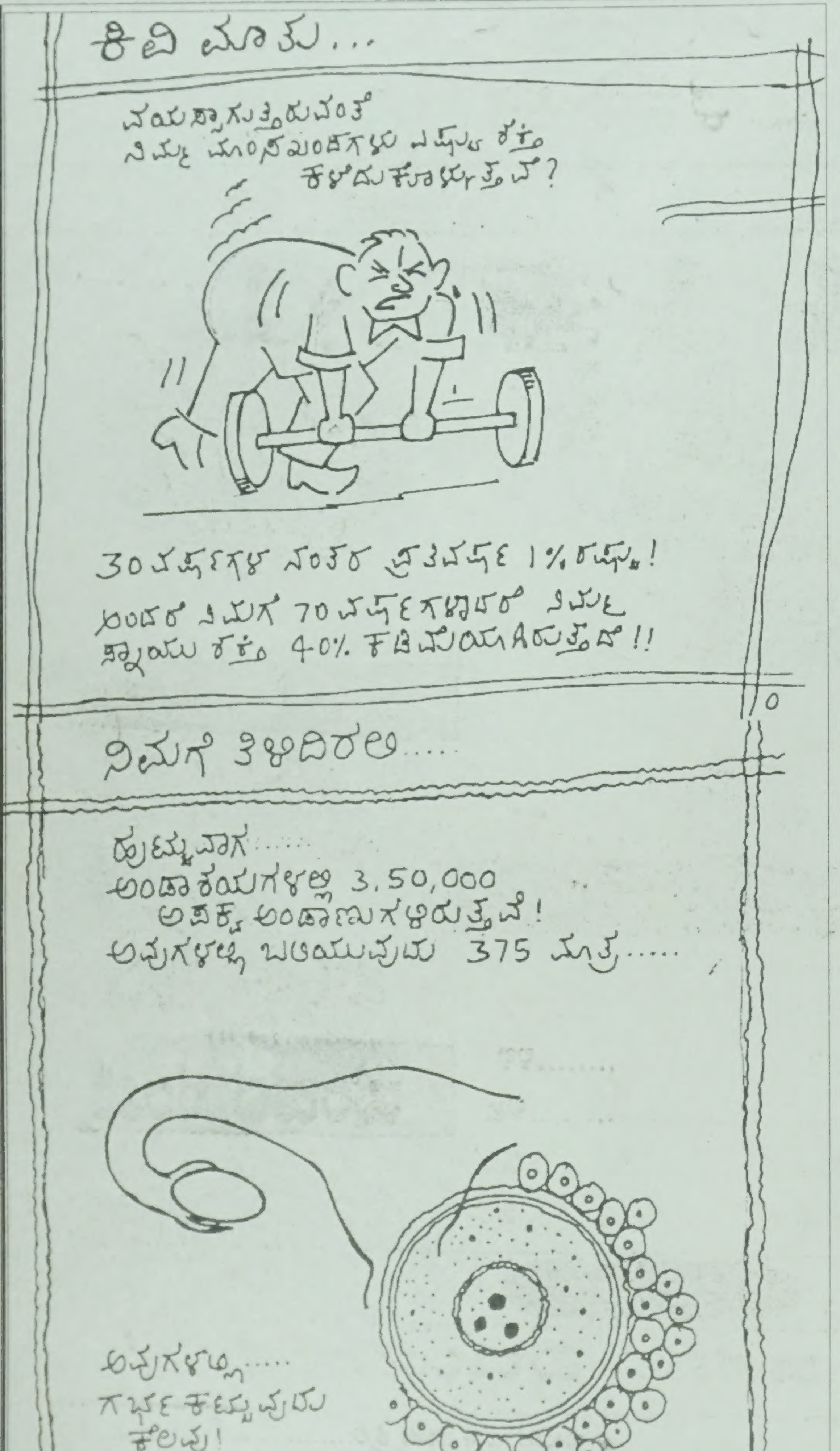
ವಿಕ್ನೂಚಿ ಸಂಸ್ಥೆಯ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಕೊಡುಗೆ ಏಪ್ರಿಲ್ ೧೯೯೭ ಬೆಲೆ ರೂ.೧೦/-

ಜೀವನಾಡಿ

ಸಮಗ್ರ ಕುಟುಂಬ ಆರೋಗ್ಯ ಮಂಜರಿ



ಚಿತ್ರ-ಪಾಠ



ದಿಢೀರ್ 'ನಿಂಬೂಪಾನಿ'

ಬೇಸಿಗೆ ಶುರುವಾಯಿತಲ್ಲವೇ?

ಬೇಸಿಗೆ ಶುರುವಾದ ಮೇಲೆ ತಂಪು ಪಾನೀಯಗಳ ಸೇವನೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತದೆ.

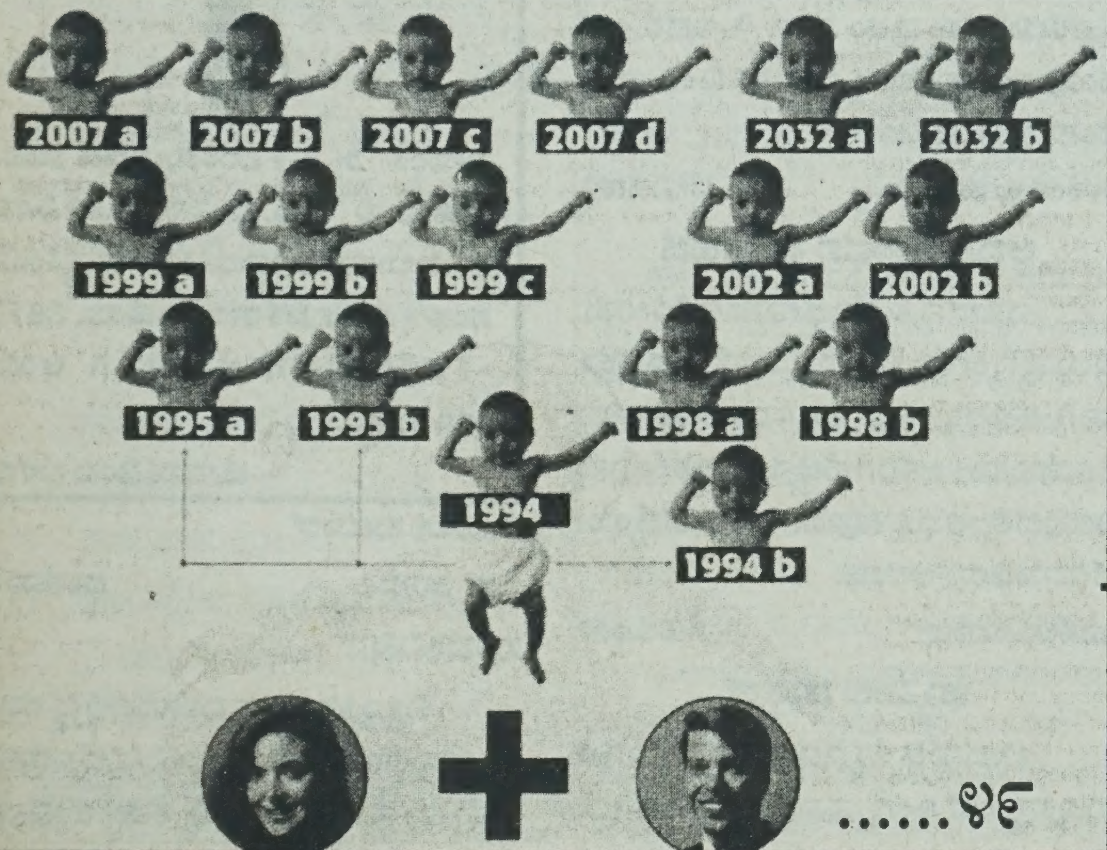
ಮಧ್ಯಮ ದರ್ಜೆಯ ಕುಟುಂಬಗಳಲ್ಲೂ ಹೆಚ್ಚು ಖರ್ಚಿಲ್ಲದ ತಂಪು ಪಾನೀಯದ ತಯಾರಿಕೆಯ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ. ಆದರೆ ಅವರಲ್ಲಿ ರೆಫ್ರಿಜರೇಟರ್ ಇರಬೇಕಷ್ಟೆ!

ನೆಂಟರಿಷ್ಟರು, ಸ್ನೇಹಿತರು ದಿಢೀರನೆ ಮನೆಗೆ ಬಂದರೆನ್ನಿ, ನಿಂಬೇಹಣ್ಣುಗಳು ಮನೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲ, ಚಾಕೋಲೇಟ್ ಪೆಪ್ಪರ್‌ಮೆಂಟ್ ಅಥವಾ ಚೂಯಿಂಗ್‌ಗಂ ಆಮಿಷ ತೋರಿಸಿ ಅಂಗಡಿಗೆ ಪುಟಾಣಿಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಿ ನಿಂಬೇಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ತರಿಸಲು ಆ ಚಿಣ್ಣರೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲ ಅನ್ನಿ! ಆಗ ಏನು ಮಾಡುತ್ತೀರಿ? ಗಂಡಸರೂ ಮನೆಯಲ್ಲಿಲ್ಲ. ನೀವೇ ಹೋಗಲಾರಿರಿ. ಹೋದ ಸಂತೆ ದಿವಸವೋ ಅಥವಾ ಹೋದ ಬಾರಿ ಮಾರ್ಕೆಟ್‌ಗೆ ಹೋದಾಗಲೋ ಹಾಳು ಮರೆವಿನಿಂದಾಗಿ ನೀವು ನಿಂಬೇ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕೊಂಡು ತರುವುದನ್ನೇ ಮರೆತುಬಿಟ್ಟಿರಿ. ಇದು ಎಲ್ಲರ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆ. ಇಂಥ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ನೀವು ಏನು ಮಾಡಬಹುದಾಗಿತ್ತು?

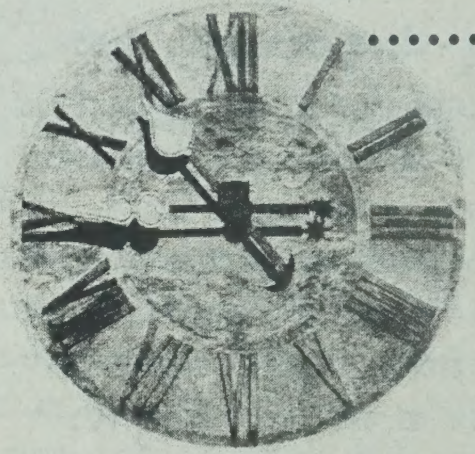
ಮುಂದಿನ ಸಾರಿ ಸಂತೆಗೆ ಹೋದಾಗಲೋ ಅಥವಾ ಮಾರ್ಕೆಟ್‌ಗೆ ಹೋದಾಗಲೋ ಅರ್ಧ ಕೆ.ಜಿ. ನಿಂಬೇಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಕೊಂಡೇ ಬಿಡಿ. ಆದದ್ದಾಗಲಿ ರೆಫ್ರಿಜರೇಟರ್‌ನ ಐಸ್‌ಟ್ರೈ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಈ ನಿಂಬೇ ಹಣ್ಣುಗಳ ರಸವನ್ನೆಲ್ಲಾ ಅದರಲ್ಲಿ ಹಿಂಡಿಹಾಕಿ, ಸ್ವಲ್ಪ ಉಪ್ಪು ಮತ್ತು ನೀರು ಸೇರಿಸಿ, ಎಷ್ಟು ಎಂದು ಕೇಳಬೇಡಿ, ನೀವೇ ಪ್ರಮಾಣಗಳನ್ನು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ, ಈ ಟ್ರೇಯನ್ನು ರೆಫ್ರಿಜರೇಟರ್‌ನ ಫ್ರೀಜರ್ ಕಂಪಾರ್ಟ್‌ಮೆಂಟ್‌ನಲ್ಲಿಟ್ಟು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಮರೆತುಬಿಡಿ. ನೆಂಟರಿಸ್ಟರು ಮನೆಗೆ ಬಂದಾಗಲೋ ಅಥವಾ ನಿಮಗೆ ಹಿಂಗಲಾಗದ ದಾಹ ಉಂಟಾದಾಗಲೋ ಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಂಡರಾಯಿತು. ಆಗ ಈ ಫ್ರೀಜರ್‌ನಲ್ಲಿನ ಟ್ರೇ ತೆಗೆದು ಅದರಲ್ಲಿನ ಒಂದು ಐಸ್ ಕ್ಯೂಬನ್ನು ಲೋಟಕ್ಕೆ ಹಾಕಿ ನೀರು, ಸಕ್ಕರೆ, ಏಲಕ್ಕಿ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಅಗತ್ಯ ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ನಾಲಿಗೆಗೆ ಬೇಕಾದ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯಾಗುವಷ್ಟು ಅಥವಾ ಬೇಕಾಗುವಷ್ಟು ಸೇರಿಸಿ. 'ದಿಢೀರ್ ನಿಂಬೂಪಾನಿ' ತಯಾರಾಗಿಯೇ ಹೋಯಿತಲ್ಲವೇ? ■

ಒಳನಾಡಿ

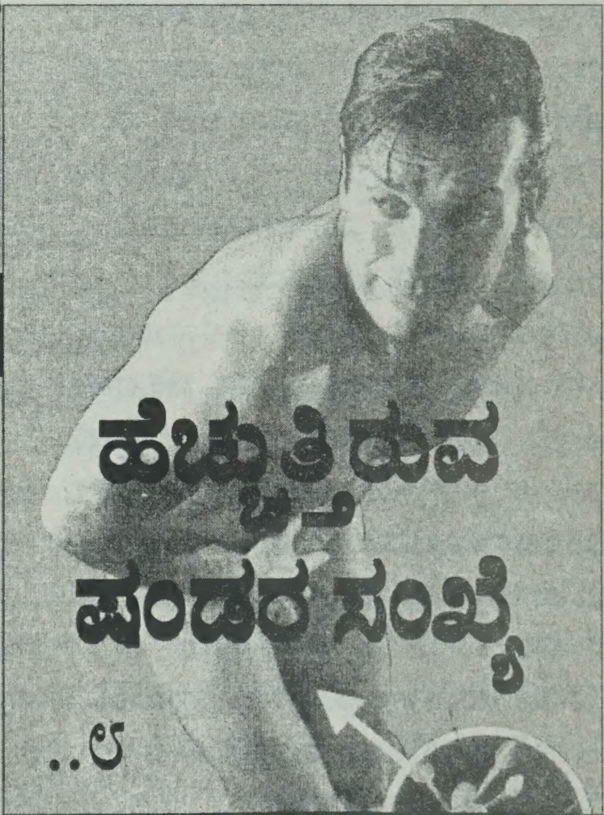
ಸಂಚಿಕೆ - ೩ ಸಂಪುಟ - ೧ ಏಪ್ರಿಲ್ - ೧೯೯೭



......೪೯
ರಕ್ತ ಬೀಜಾಸುರ ಸಂತತಿ (ಕ್ಲೊನಿಂಗ್) ಸೃಷ್ಟಿಯತ್ತ ವಿಜ್ಞಾನ



......೧೯



..೮

★ ರ್ಯಾಗಿಂಗ್‌ಗೆ ಕಾರಣರಾರು?....................................೧೧
★ ಈಜುವಿಕೆಯಿಂದ ಸಕ್ಕರೆ ರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣ........................೩೨
★ ನಿಮಗೆ ಮದುವೆ ಬೇಕೋ? ಬೇಡವೋ ? ೪೪
★ ಸತ್ಯ ಕತೆಯ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತ....................................೪೬
★ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಹೊರಗಡೆ ಬೆಳೆದ ಮಗು..........................೫೬
★ ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಹೇಗೆ? ೫೭

ವಿಶೇಷ ಪೋಸ್ಟರ್

ಮಾನವ ಜನನದ ವಿಜಯಗಾಥೆ

★ ನಾಡಿಮಿಡಿತ..೪
★ ಜೀವಧಾರೆ..೫
★ ನಿದ್ರಾಹೀನತೆಗೆ ಪರಿಹಾರ.............................೬
★ ನೀವು ತಿಳಿಯಿರಿ...................................... ೭
★ ಹಲ್ಲುಗಳು..೨೬
★ ನೀವೂ ಪ್ರಬಂಧ ಬರೆಯಿರಿ ೨೮
★ ಜೀವನ ಸ್ವಾಸ್ಥ ಮತ್ತು ಶೈಲಿ...............................೩೦
★ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮನೆ ಎಷ್ಟು ಕ್ಷೇಮಕರ...........................೩೪
★ ಸೌರವನನ್ನು ಯಾರು ಕೊಂದರು?.........................೪೭
★ ಅಸ್ತಮಾ ಕುರಿತು ರೈತರಿಗೆ ಕಿವಿ ಮಾತುಗಳು..............೬೩
★ ಗುಳಿಗೆ ತಯಾರಿಸುವ ಮಾನವ ಯಂತ್ರಗಳು..............೬೪
★ ಹಾಸ್ಯ ರಸಾಯನ......... ....೭೦



ನಾಡಿ ಮಿಡಿತ

ಚಿಕ್ಕ-ಚೊಕ್ಕ ಲೇಖನಗಳು ಬೇಕು

ಆರೋಗ್ಯದ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ತಜ್ಞರಿಂದ ಬರುವ ಲೇಖನಗಳು ಸ್ವಾಗತಾರ್ಹ. ಆದರೆ ಲೇಖನಗಳು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಲ್ಲಿ ಓದಿಸಿಕೊಂಡು ಹೋಗುವಂತಹವುಗಳಾಗಿರಬೇಕು. ಯಾವುದೇ ಲೇಖನ ವಿದ್ದರೂ, ತಲೆನೋವಾಗದೇ ಸಲಹೆ, ಮಾರ್ಗ ದರ್ಶನಗಳಿಗೆ ಸ್ವಾಗತ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ '' ಮೋಹಕ ಪ್ರಸಾದನದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು '' ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಉಪ ಯೋಗಕ್ಕೆ ಬರುವ ಅಂಶಗಳು ಕಡಿಮೆ. ಇಷ್ಟುದ್ದದ ಲೇಖನ ಅನಾವಶ್ಯಕ. ಹಾಗೇ ಹೇನಿನ ತೊಂದರೆ ಬಗ್ಗೆ ೧/೪ ಪುಟ ಸಾಕಾಗುವ ಲೇಖನ ೩ ಪುಟಗಳಾಗಿ ತಲೆನೋವಾಗುತ್ತದೆ. ಡಾಕ್ಟರ್ ರಿಂದ ಬಯಸುವುದು ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮತ್ತು ರೋಗ ತಡೆ ಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಅಷ್ಟೇ, ಉಳಿದದ್ದು ವ್ಯರ್ಥ. ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡಬಹುದು ೭ ಪುಟಗಳ ಲೇಖನ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ಅರ್ಥ ವಾಗುವುದು ಕಷ್ಟ. ವಿಷಯ ತಿಳಿಯದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಬೇಸರ, ಲೇಖನ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿ, ಚೊಕ್ಕವಾಗಿದ್ದರೆ ಓದಿಸಿ ಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಡಾ। ಟಿ.ಎನ್.ಸತ್ಯನಾರಾ ಯಣರಾವ್‌ರ ಲೇಖನಗಳು ಚೆನ್ನಾಗಿವೆ. ಮೊಡ ವೆಗೆ ಹೇಳಿ ಟಾಟಾ ಚಿಕ್ಕ ಬರಹ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ. ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳ ಮಾನಸಿಕ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಬಗೆಗೆ (ಹದಿಹರೆಯದ) ಲೇಖನಗಳು ಉಪಯುಕ್ತ. ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ತುಂಬಾ ಆಸೆ ಇರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದ ಜೀವನಾಡಿ ತುಂಬಾ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಬರಲಿ.

ಸು.ಸು.ಪಿಸೆ — **ಬಾದಾಮಿ**

ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಜೀವನಾಡಿ !

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿ ನೀಡಲು ಮೂಡಿ ಬರುತ್ತಿರುವ ಈ ಪತ್ರಿಕೆ ನಿಜವಾ ಗಿಯೂ ಜೀವನಾಡಿಯೇ ಸರಿ. ಹೆಸರಿಗೆ ತಕ್ಕಂತೆ ಹಲವು-ಹತ್ತು ವಿಷಯಗಳೊಡನೆ ಹೊರಬರುತ್ತಿ ರುವ ಈ ಪತ್ರಿಕೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ, ರೋಗಿಗಳಿಗೆ, ಶಿಕ್ಷಣಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಮಾರ್ಚ್ ೯೭ರ ಮಾಸಿಕದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಗರ್ಭಕೋಶಗಳಿದ್ದರೆ ಹೇಗೆ ಮತ್ತು ಕೈ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ ? ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಮೂಡಿಸಿದ್ದೀರಿ. ಇದು ಸಂಗ್ರಾಹ್ಯ ಸಂಚಿಕೆ.

ಕಳಕೇಶ ಕುಮಾರ ಕುಸ್ತಿ — **ಬೇವಿನಹಳ್ಳಿ**

ಅಭೂತಪೂರ್ವ ಹೊಸಹೆಜ್ಜೆ

ಮಾರ್ಚ್ ತಿಂಗಳ ಜೀವನಾಡಿ ಕೈಸೇರಿತು. ಇದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಮಿನುಗುವ ನಕ್ಷತ್ರವಾಗಿ ಹೊರಬಂದಿದೆ. ಮೂಢನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ತೊಡೆದುಹಾಕಿ ಜನರಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ತಿಳುವಳಿಕೆಯನ್ನು ನೀಡುವಲ್ಲಿ ಅಭೂತಪೂರ್ವ ಹೊಸಹೆಜ್ಜೆಯೇ ಜೀವನಾಡಿಯ ಆರಂಭ.

ಹುಸೇನ ನದಾಫ್ — **ಶಿರೋಳ**

ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಡಾಕ್ಟರ್

ಜೀವನಾಡಿ ಕನ್ನಡದ ಮಹತ್ವದ ಸಂಗ್ರಹ ಯೋಗ್ಯ ಆರೋಗ್ಯ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಜೀವನಾಡಿ ಓದುವುದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಷಯಗಳನ್ನಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲದೇ, ಇತರ ತೊಂದರೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಲಭಿಸುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ವ್ಯಕ್ತಿ ತಿಳಿಯುವ ಹಾಗೆ ಸರಳವಾಗಿ, ಅಷ್ಟೇ ಉತ್ತಮವಾಗಿ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಬಳಸಲಾಗಿದೆ. ಇದು ವೈದ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನದ ಹೊಸ-ಹೊಸ ಆವಿಷ್ಕಾರಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿಕೊಡುವ ಫ್ಯಾಮಿಲಿ ಡಾಕ್ಟರ್ ಆಗಿದೆ. ಈ ಪತ್ರಿಕೆ ದೇಶದ ಮೂಲೆಮೂಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ಸು ಹೊಂದುತ್ತಾ ಸಾಗಲಿ.

ಕಿರಣ ದೇಸಾಯಿ — **ಮಹಾಂತನಗರ**

ಚೇತನ ಪ್ರಪಂಚ

ಜೀವನಾಡಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ಚೇತನ ಪ್ರಪಂಚ. ವಿವಿಧ ತರಹದ ಮಾಹಿತಿ ತಿಳಿಸುವ ಜೀವನಾಡಿ ನಿಜಕ್ಕೂ ಹೆಮ್ಮೆಯ ಸಂಚಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳೂ ವೈವಿಧ್ಯಮಯವಾಗಿ ಮೂಡಿ ಬರಲೆಂಬುದೇ ನನ್ನ ಹಾರೈಕೆ.

ಅದರಲ್ಲಿಯೂ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ಮನ ಮುಟ್ಟಿ, ಹೃದಯ ತಟ್ಟಿ ಜ್ಞಾನದ ಕ್ಷಿತಿಜವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವಂತಿದ್ದವು 'ಆರೋಗ್ಯವೇ ಭಾಗ್ಯ' ಎಂಬ ನಾಣ್ನುಡಿಯಂತೆ ಉಪಯುಕ್ತ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮಾರ್ಚ್ ಸಂಚಿಕೆ ನೀಡಿತು.

ಸುನೀಲ್ ಕುಮಾರ್

ಎಸ್ ಶಿರಗುಪ್ಪಿ — **ಧಾರವಾಡ**

ಅಭಿನಂದನೆಗಳು



ದಿನಾಂಕ ೨-೨-೯೭ರಂದು ನಡೆದ ಚುನಾವಣೆಯಲ್ಲಿ ಡಾ. ಪಿ. ಎನ್. ಗೋವಿಂದ ರಾಜುಲುರವರು ಭಾರತೀಯ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಘ - ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯಶಾಖೆಯ, ೧೯೯೭-೯೮ನೇ ಸಾಲಿಗೆ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ ಆಯ್ಕೆಯಾಗಿದ್ದಾರೆ.

- ಜೀವನಾಡಿಯ ಬಳಗ.

ಸಂಜೀವಿನಿ

ದಿಕ್ಸೂಚಿ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದಲ್ಲಿದ್ದ ನಮಗೆ ಜೀವನಾಡಿಯಂತಹ ಸಂಜೀವಿನಿ ದೊರೆತದ್ದು ಹೆಮ್ಮೆಯ ಸಂಗತಿ. ನಿಜಕ್ಕೂ ತಮ್ಮ ಜೀವನಾಡಿ ನಮ್ಮ ನಿತ್ಯ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಕೈಗನ್ನಡಿ. ಕನ್ನಡ ಪತ್ರಿಕಾರಂಗದಲ್ಲಿಯೇ ಇದು ಅಪೂರ್ವ ಕೊಡುಗೆ.

ಹಂಸಗೀತೆ — **ಮುಧೋಳ**

ನಡೆದಾಡುವ ಆರ್ಟ್‌ಗ್ಯಾಲರಿ

ಜೀವನಾಡಿ ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆಯ ದ್ವಿತೀಯ ಸಂಚಿಕೆಯನ್ನು ನೋಡಿ ತುಂಬಾ ಸಂತೋಷವಾಯಿತು. ಇಂತಹ ಪತ್ರಿಕೆಯೊಂದರ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗಿತ್ತು. ' ನಡೆದಾಡುವ ಆರ್ಟ್ ಗ್ಯಾಲರಿ ' ಯಂತಹ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಕಾಣುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ತಿಳಿದಿದ್ದ ಅನೇಕರಿಗೆ ಇದು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ತಿಳಿಯಿತು.

ಕೆ.ಬಿ.ಶ್ರೀನಿವಾಸ — **ಬೈರಗನಹಳ್ಳಿ, ಕಡೂರು**

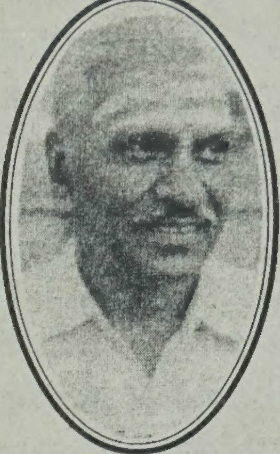
ಶ್ಲಾಘನೀಯ ಪ್ರಯತ್ನ

ಜೀವನಾಡಿ ಕನ್ನಡಿಗರಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಿ ದೇಶದ ಆರೋಗ್ಯ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಮುಂದಾದದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಶ್ಲಾಘಿಸುತ್ತೇನೆ. ಸಂಚಿಕೆಗೆ ಉಜ್ವಲ ಭವಿಷ್ಯ ಹಾರೈಸುತ್ತೇನೆ.

ಎಂ. ನಜೀರ್ — **ಮಿಯಾನ್**

ಹಟ್ಟಿ, ಲಿಂಗಸೂಗೂರು.

ಜೀವಧಾರೆ



ಗೌರವ ಪ್ರಧಾನ ಸಂಪಾದಕರು : ಡಾ|| ಸ.ಜ. ನಾಗಲೋಟಿ ಮಠ

ಗುರು

ಗುರು ಎಂಬ ಪದಕ್ಕೆ ಹಲವಾರು ಅರ್ಥಗ ಳಿವೆ. ವಿದ್ಯೆ ದಾನ ಮಾಡುವ ಮಹಾನುಭಾವ ''ಗುರು'' ಎಂಬ ಅರ್ಥ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೊತ್ತಿದ್ದದ್ದು. ಗುರುವಿನ ಪದವಿ ಪಡೆಯುವ ವ್ಯಕ್ತಿ ಹಡೆದ ತಾಯಾಗಿರಬಹುದು, ಪಾಲಿಸಿದ ತಂದೆ ಯಾಗಿರಬಹುದು, ಇಲ್ಲವೇ ಬೇರೆ ಯಾರೇ ಆಗಿರಬಹುದು. ಏಕಲವ್ಯನಿಗಾದಂತೆ ಗುರು ಮಣ್ಣಿನ ಮೂರ್ತಿಯಾಗಿರಬಹುದು. ಇನ್ನು ಕೆಲವರಿಗೆ ಮರವಾಗಿರಬಹುದು, ಕಲ್ಲಾಗಿರಬಹುದು, ವೀರಶೈವ ಶರಣರಿಗೆ ಗುರು ನಿರಾಕಾರವಾಗಿ '' ಅರಿವೇ ಗುರು '' ಎಂಬ ಮಾತು ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿ ಬಂದಿತು. ಇವೆಲ್ಲವೂ ಗುರುವಿನ ಸಹಜ ಮತ್ತು ನೇರ ರೂಪಗಳು. ಆದರೆ ವೈದ್ಯಕೀಯ ರಂಗದಲ್ಲಿ ಗುರುವಿನ ಅಸ್ಥಿತ್ವ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ. ಉಳಿದ ರಂಗದಲ್ಲಿ ಮಲಿನ, ಅಪಶಕುನ ಎಂದು ಪರಿಗಣಿಸಲ್ಪಡುವ ವಸ್ತುಗಳು ವೈದ್ಯಕೀಯದಲ್ಲಿ ಗುರುವಿನ ಪದವಿಯನ್ನು, ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಅಲಂಕರಿಸುವುವು.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಒಂದೆರಡು ಸಂಗತಿಗಳನ್ನು ಪರಿಶೀಲಿಸಬಹುದು. ಸರಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳಲ್ಲಿ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ '' ಶವಪರೀಕ್ಷಾ ಮಂದಿರ '' ಎಂಬ ಸ್ಥಳ ಇಲ್ಲವೆ ಕೋಣೆ ಇರುತ್ತದೆ. ವೈದ್ಯರೂ, ವೈದ್ಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಶವ ಪರೀಕ್ಷಾ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಗುರುಮನೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದುಕೊಂಡಂತೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳುವರು. ಇಲ್ಲಿ ಚೇಷ್ಟೆ, ನಗು, ಜೋರಿನಿಂದ ಮಾತನಾಡುವುದು ನಿಶಿದ್ಧ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಕಿರಿಯರು, ಹೊಸಬರು ಹಾಗೇನಾದರೂ ಮಾಡಿದರೆ ಹಿರಿಯವೈದ್ಯರು ಅವರನ್ನು ತರಾಟೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವರು. ಶವಪರೀಕ್ಷಾ ಮಂದಿರದಲ್ಲಿ ಶವಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಜ್ಞಾನ ಅಪಾರವೆಂಬುದನ್ನು ಜಗತ್ತಿನ ವೈದ್ಯರೆಲ್ಲ ಮನಗಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಕಾರಣವೇ ಈ ಮಂದಿರಗಳ ದ್ವಾರದ ಮೇಲೆ ಹಿರಿಯ ವೈದ್ಯರೊಬ್ಬರು "Here is the place where the dead teachers the living."(ಮೃತರು ಜೀವಿಸುತ್ತಿರುವವರಿಗೆ ವಿದ್ಯಾದಾನ ಮಾಡುವರು) ಎಂದು ಬರೆದಿದ್ದಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ವೈದ್ಯ ಕೀಯ ರಂಗದಲ್ಲಿದ್ದವರಿಗೆ ಶವವು ಗುರುವಿನ ಪೀಠದಲ್ಲಿದೆ. ಮೊದಲ ವರ್ಷದ ವೈದ್ಯವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ದೇಹರಚನಾ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ ಪಾರಂಗತ್ಯ ಬರುವುದು ಈ ಗುರುವಿನ ಆಶೀರ್ವಾದ ದಿಂದಲೇ. ಅನೇಕ ಹೊಸರೋಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿ ಸುವುದು ಸಹ ಈ ಗುರುವಿನ ಕಾರುಣ್ಯದಿಂದಲೇ. ಕೇವಲ ಶವವೊಂದೇ ಗುರುಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿದೆ ಎಂದೇನೂ ಅಲ್ಲ. ಶವದಿಂದ ಹೊರತೆಗೆದ ಅಂಗಾಂಶಗಳಾಗಲೀ, ಆಪರೇಶನ್ ಮಾಡಿ ತೆಗೆದ ಅಂಗಾಂಶಗಳಾಗಲೀ, ದೇಹದಿಂದ ಸೋರಿದ, ಹೊರಬಂದ ಸ್ರವಿಕೆಯಾಗಲೀ, ವಿಸರ್ಜಕಗಳಾಗಲೀ, ರೋಗಿಯಾಗಲೀ ಎಲ್ಲವೂ ವೈದ್ಯಕೀಯ ರಂಗದಲ್ಲಿ ಗುರುಸ್ವರೂಪಗಳೇ. ಯಾಕೆಂದರೆ ಇವೆಲ್ಲವುಗಳೂ ಒಂದಿಲ್ಲೊಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಕಲಿಸುತ್ತವೆ, ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ, ತೋರಿಸುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳು ಹೇಳುವ ಭಾಷೆ ನಾವು ಕಲಿತಿರುವ ಭಾಷೆಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿದೆ ಎಂದು ಮಾತ್ರಹೇಳ ಬಹುದು. ಈ ಸಂಜ್ಞೆಗಳನ್ನು, ಭಾಷೆಗಳನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ವೈದ್ಯರು ಗುರುಗಳ ಭಾಷೆಯನ್ನು ಕಲಿತಿರುವರೆಂದು ಹೇಳಬಹುದು. ಅವರು ಶ್ರೇಷ್ಠ ವೈದ್ಯರಾಗುವುದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಜ್ಞಾನ ಅವರಿಗೆ ಈ ಎಲ್ಲ ಗುರುಗಳ ಮೂಲಕ ಹರಿದು ಬರುತ್ತದೆ. ಎಂಥ ರೋಗಗಳನ್ನಾಗಲೀ ಅವರು ತಕ್ಷಣ ಗುರುತಿಸುತ್ತಾರೆ, ಉಪಚರಿಸಿ ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಇದರ ವ್ಯತಿರಿಕ್ತವಾದ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಗಲಿಬಿಲಿ, ಗೊಂದಲ, ಮಸುಕು ಮಸುಕು.

ಗುರುಸ್ವರೂಪದ ವಸ್ತುಗಳು ಕೇವಲ ವೈದ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೆ ಸೀಮಿತವಾಗಿವೆ ಎಂದೇನಲ್ಲ. ನಿಸರ್ಗದ ತುಂಬ, ದಿಕ್ಕುದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲೂ, ಮೂಲೆಮೂಲೆಗಳಲ್ಲೂ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಗುರುಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ವಿದ್ಯೆಪಡೆಯುವ ಹಸಿವಿದ್ದವನು ವಿದ್ಯೆ ಸಂಪಾದಿಸಲು ಹೆಣಗಬೇಕು. ಗುರುವು ಯಾವ ರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ ? ಎಂಬುದನ್ನು ಗಣಿಸದೇ ಮಡಿ, ಮೈಲಿಗೆ, ಹೇಸಿಗೆ ಮುಂತಾದವುಗಳ ಗಡಿಯನ್ನು ದಾಟಿ ಮುಂದೆ ಸಾಗಿ ಕಲಿತು ವಿದ್ಯಾವಂತರಾಗುವ ಬಗೆಗಳನ್ನು, ಮಾರ್ಗಗಳನ್ನು ಹುಡುಕುವುದೇ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಚಿಂತನೆಯಾಗಬೇಕು.

ನಿದ್ರಾಹೀನತೆಯನ್ನು ಓಡಿಸುವುದು ಹೇಗೆ?

ಚಿಂತೆ, ದೇಹಬಾಧೆಗಳು, ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಆರ್ತ್ರಿಟಿಸ್ ಅಥವಾ ಬೆನ್ನು ನೋವು, ಮಾನಸಿಕ ಸುಸ್ತು, ಔಷಧಿಗಳು, ಕೆಫೇನ್, ಕ್ರಮವಿಲ್ಲದ ಕೆಲಸ ಗಳು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ನಿದ್ರಾಹೀನತೆಗೆ ಕಾರಣಗಳಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಮೇಲ್ಕಂಡ ಕಾರಣಗಳು ನಿವಾರಿಸಲ್ಪಡದಿದ್ದರೂ, ಕೆಲವರಿಗೆ ಕೆಲವು ಗಂಟೆ ಮಾತ್ರ ಮಲಗುವುದು ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿ ಹೋಗಿದ್ದರೆ, ಹಲವಾರು ವರ್ಷ ಈ ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ ಮುಂದುವರಿಯುತ್ತದೆ.

ಈ ರೀತಿಯ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ಮೊದಲಿಗೆ ಕಂಡುಕೊಂಡು ಅವುಗಳನ್ನು ತೊಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದರೊಂದಿಗೆ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ರಿಸುವ ಅಭ್ಯಾಸವನ್ನೂ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮೇಲ್ಕಂಡ ಕಾರಣಗಳನ್ನು ತೊಡೆಯು ವುದು ಹೇಗೆ?

೧) ನಿದ್ದೆ ಬಂದಾಗ ಮಲಗಿಬಿಡಬೇಕು.

೨) ಮಲಗುವುದಕ್ಕೆ ಮಾತ್ರವೇ ಹಾಸಿಗೆಯನ್ನು ಬಳಸಬೇಕು.

೩) ನಿದ್ದೆ ಬಾರದಿರುವಾಗ, ಹಾಸಿಗೆಯ ಮೇಲೆ ಕೂತು ಓದುವುದು ಇತ್ಯಾದಿ ಕೆಲಸಗಳ್ಯಾವುದನ್ನೂ ಮಾಡಬಾರದು.

೪) ರಾತ್ರಿ ಮಲಗಲು ಹೋಗುವಾಗ ಅಲಾರಾಂ ಇಟ್ಟು ಮಲಗುವುದೂ, ಪ್ರತಿನಿತ್ಯ ನಿಶ್ಚಿತ ಸಮಯದಲ್ಲೇ ಏಳುವುದೂ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಭ್ಯಾಸವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

೫) ಹಗಲು ಚಿಕ್ಕನಿದ್ದೆ ಮಾಡುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬೇಕು.

೬) ಮುಂಜಾನೆ ಇಲ್ಲವೇ ಸಂಜೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಬಹುದು. ಆದರೆ ಮಲಗುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಬಾರದು.

೭) ಮಲಗುವುದಕ್ಕೆ ಎರಡು ಗಂಟೆ ಮೊದಲು ಬೆಚ್ಚನೆಯ ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸ್ನಾನ ಮಾಡಬಹುದು.

೮) ಮಲಗುವ ಕೋಣೆಯನ್ನು ಶುದ್ಧವಾಗಿಯೂ, ಅನುಕೂಲಕರವಾಗಿಯೂ ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ ಚೆನ್ನಾಗಿ ನಿದ್ದೆ ಬರುತ್ತದೆ.

೯) ಮಲಗಲು ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ಹದವಾದ ಬಿಸಿಯ ಹಾಲು, ಕ್ರೀಮ್ ಬಿಸ್ಕತ್‌ಗಳಂಥವನ್ನು ತಿನ್ನಬಹುದು. ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ಕಾರಣಕ್ಕಾಗಿಯಾದರೂ ಅಜೀರ್ಣವುಂಟು ಮಾಡುವ ಖಾರವಾದ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬಾರದು.

೧೦) ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡಬಾರದು. ಸ್ವಲ್ಪ ಮದ್ಯಪಾನ ಆಳದ ನಿದ್ದೆಯನ್ನು ತಂದರೂ, ದಿನಗಳೆದಂತೆ ಅದು ನಿದ್ರಾಕ್ರಮವನ್ನೇ ಕೆಡಿಸುತ್ತದೆ.

೧೧) ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಊಟದ ಬಳಿಕ ಕಾಫಿ, ಚಹದಂಥ ಪಾನೀಯಗಳನ್ನು ಕುಡಿಯುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ.

೧೨) ಹೊಗೆಸೊಪ್ಪು ಸೇವಿಸದಿರುವುದು ತುಂಬ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ.

೧೩) ಓದು, ಸರಳ ಸಂಗೀತಗಳನ್ನು ತಕ್ಕ ಸಮಯಗಳಲ್ಲಿ ಕೇಳುವುದರಿಂದ ನಿದ್ದೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯವೂ ಮೆರುಗು ಪಡೆಯುತ್ತದೆ.

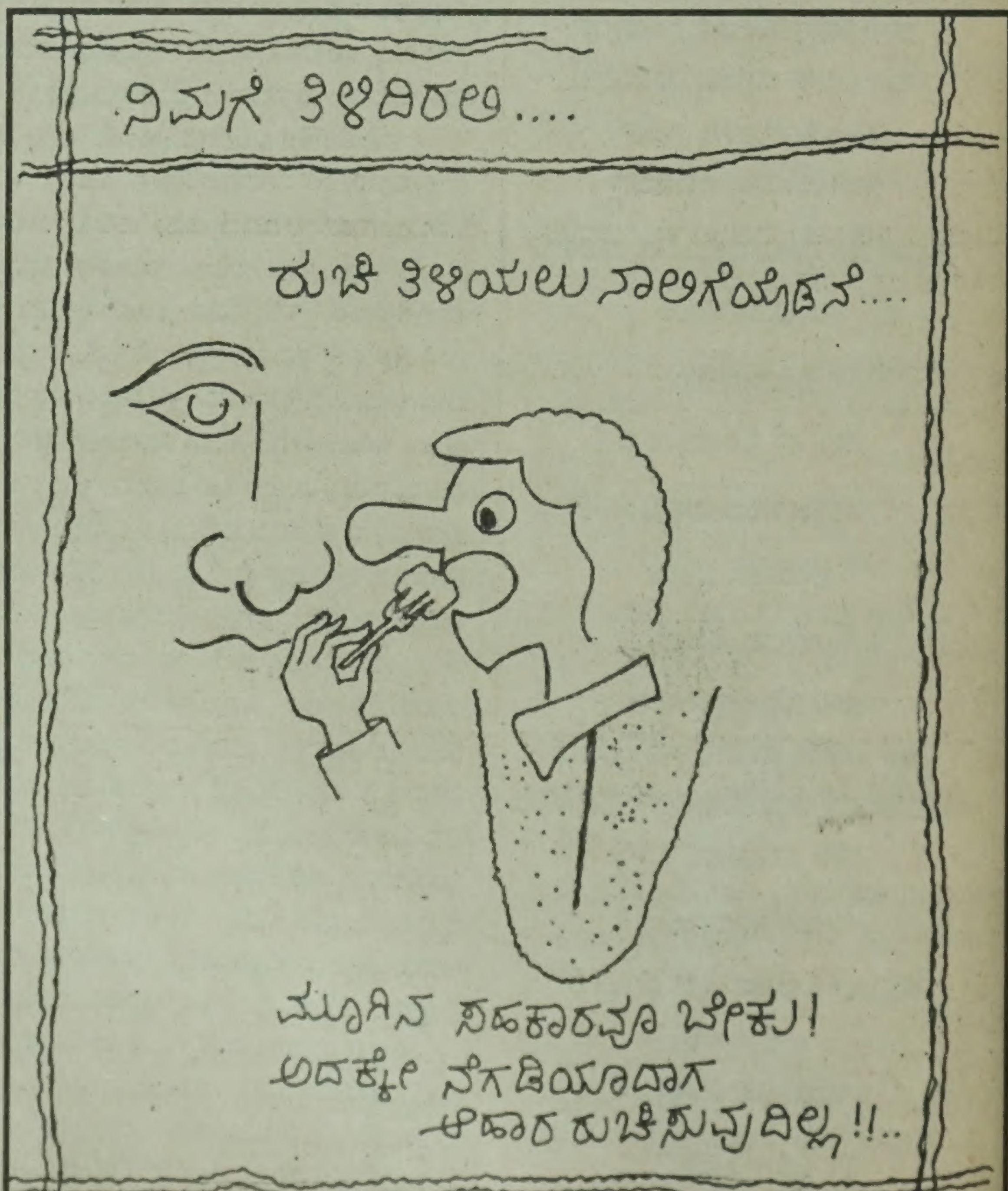
ನಕ್ಕರೆ ಬರುವುದು ನಿದ್ದೆ!

ನಿದ್ದೆಯ ರೋಗಗಳು ಹಲವು. ಬೆರಸೋಮ್ನಿಯಾ, ಇನ್‌ಸೋಮ್ನಿಯಾ, ಅಪ್ನಿಯಾ ಎಂದು ಪಟ್ಟಿ ಮಾಡುತ್ತ ಹೋಗಬಹುದು.

ಗೊರಕೆ ಹೊಡೆಯುವುದು ಸಹ ನಿದ್ರಾ ಸಂಬಂಧದ ಒಂದು ತೊಂದರೆಯೇ ಆಗಿದೆ.

ನಾರ್‌ಕೋಲೆಪ್ಸಿ ಎನ್ನುವುದೊಂದು ನಿದ್ದೆ. ಇದೂ ತೊಂದರೆಯೇ ಎಂಬ ಸಂಶಯವಿದೆ. ಈ ನಿದ್ದೆ ಬರುವುದು ಯಾವಾಗ ಗೊತ್ತೆ?

ಭಾರೀ ಶಬ್ದದ ನಗುನಗುವಾಗ ಮತ್ತು ರತಿ ಸಂಬಂಧದ ಅತಿ ಉತ್ಸಾಹದ ನಡುವೆ ಈ ನಿದ್ದೆ ದಿಢೀರನೆ ಬರುತ್ತದೆ. ■



ಎತ್ತರ ಹೆಚ್ಚಳ ಸಾಧ್ಯವೇ ?

೧೮ ವಯಸ್ಸು ದಾಟಿದ ಬಳಿಕ ಎಲುಬುಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ನಿಂತುಬಿಡುತ್ತ ದಾದ್ದರಿಂದ ಆ ವಯಸ್ಸಿನ ಬಳಿಕ ಎತ್ತರವಾಗುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲೋ ಕೆಲವರು ಮಾತ್ರ ೨೦ ವಯಸ್ಸಿನವರೆಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಎತ್ತರ ವಾದದ್ದಿದೆ.

ಎತ್ತರವೆನ್ನುವುದು ವಂಶಪರಂಪರೆಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಸಂಗತಿಯಾದ್ದರಿಂದ ನಿಮ್ಮ ಹೆತ್ತವರು, ಅಜ್ಜ-ಅಜ್ಜಿ ಮೊದಲಾದವರ ಎತ್ತರಕ್ಕೂ ನಿಮ್ಮ ಎತ್ತರಕ್ಕೂ ಸಂಬಂಧ ವಿರುತ್ತದೆ.

ಎತ್ತರ ತುಂಬ ಕಡಿಮೆ ಎನ್ನುವುದು ಬೆಳವ ಪರ್ವದಲ್ಲಿಯೇ ಕಂಡುಬಂದರೆ ಎಂಡೋಕ್ರೋ ನಾಲಜಿಸ್ಟ್‌ರನ್ನು ಕಾಣ ಬೇಕು. ಅವರ ಸಲಹೆಯ ಮೇರೆಗೆ ಜಿ.ಹೆಚ್, ಎಂಬ ಗ್ರೋತ್ ಹಾರ್ಮೋ ನನ್ನು ಸೂಜಿ ಮದ್ದಿನ ಮೂಲಕ ಪಡೆಯ ಬಹುದು. ಇದು ಎತ್ತರ ಬೆಳೆಯಲು ಸಹಾಯಕ.

ಮದರಾಸಿನ ಅಪೋಲೊ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಎಲುಬು ರೋಗ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮೂಲಕ ಒಂದೆರಡು ಇಂಚು ಎತ್ತರ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಕಾಲುಗಳ ಉದ್ದ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಯಿದ್ದಾಗ ಸರಿ ಸಮ ಮಾಡಲಷ್ಟೇ ಈ ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಹೆಚ್ಚು ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ.

ಬೆನ್ನೆಲುಬಿನಲ್ಲಿ ಬಾಗುವಿಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಇದ್ದು, ಅದರಿಂದಾಗಿ ಉದ್ದ ಕಡಿಮೆಯಾದಂತೆ ಕಂಡರೆ ಸರಿಯಾದ ಭಾರ ಎತ್ತುವ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಮೂಲಕ ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಿ, ಒಂದು ಇಂಚು ಹೆಚ್ಚು ಉದ್ದವಾಗುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

ಪುಲ್ ಅಪ್ಸ್, ಟೆಡ್‌ಲಿಟ್‌ಗಳೂ ಇದಕ್ಕೆ ಸಹಾ ಯಕ. ಎತ್ತರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದು ಹೇಳಿದಷ್ಟು ಸುಲಭದ ಕಾರ್ಯವಲ್ಲ ವಾದರೂ ಪ್ರಯತ್ನ ಪಟ್ಟರೆ ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಫಲವುಂಟು.

ರೋಬೋ ನರ್ಸ್

ಮಾಕ್ಸ್ ಎಂಬ ಹೆಸರಿನ ರೋಬೋ ನರ್ಸ್ ಮೊದಲ ಬಾರಿ ಯೂರೋಪಿನ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಲಾಗಿದೆ. ದಕ್ಷಿಣ ಲಕ್ಸ್‌ಂಬರ್ಗ್‌ನಲ್ಲಿ ನೈಟರ್‌ಗಾರ್ನ್ ಇಲ್ಲಿಯ ಮೇರಿ ಆಸ್ಪಿಟ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ರೋಬೋನರ್ಸ್ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದು. ಇದು ಲಕ್ಸ್‌ಂಬರ್ಗಿಸ್ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತದೆ.

ಇದು ಡಾಕ್ಟರರ ಕೈಕೆಳಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ವೇಳೆಗೆ ಸರಿಯಾಗಿ ರೋಗಿಗಳಿಗೆ ಆಹಾರ, ಔಷಧೋಪಚಾರ, ಬಿ.ಪಿ. ಪಲ್ಸ್ ವಗೈರೆ ನೋಡು ವುದು. ಅಲ್ಲದೆ ರೋಗಿಗಳ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಹಂಚು ವುದು.

ಇದಕ್ಕೆ ತಗುಲಿದ ವೆಚ್ಚ ಸುಮಾರು ೩೪ ಲಕ್ಷ. ರೋಬೋನರ್ಸ್ ೨೪ ಗಂಟೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಆರು ಮಹಡಿಗಳಿಗೂ ಹೋಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಹಸಿವೆ, ನೀರಡಿಕೆ, ನಿದ್ದೆ ಇಲ್ಲ ಇದರ ದಿನದ ಕೆಲಸ ಕಾರ್ಯಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮೊದಲೇ ನಿಗದಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಒಂದು ಕ್ಲಿನ್ ಕೆಲಸದಿಂದ ರೋಗಿಗಳು ಬೇಗ ಗುಣಹೊಂದು ವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ದಿನಗಳ ಹಿಂದೆ ಇದರ ಕೆಲಸವನ್ನು ಟಿವಿಯಲ್ಲಿ ತೋರಿಸ ಲಾಗಿತ್ತು.

ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಹಲ್ಲಿಗೆ ಕೆಟ್ಟದ್ದೇ ?

ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಒಳ್ಳೆಯದೇ, ಕೆಟ್ಟದೇ ? ಇಂಥ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಇಂದಿಗೂ ಬಗೆಹರಿಯದೇ ಉಳಿದಿದೆ. ಆದರೆ ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಒಳ್ಳೆಯದೂ ಹೌದು, ಕೆಟ್ಟದೂ ಹೌದು.

ಅದು ಹೇಗೆ ? ಹೆಚ್ಚಾದರೆ ಹಾಲೂ ಹಾಲಾ ಹಲ ತಾನೇ. ಆ ತತ್ವವು ಇದಕ್ಕೂ ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಹಲವು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಲ್ಲಿನ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಜೊಲ್ಲು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ, ಹಲ್ಲಿನ ಎನಾಮಲ್ ಕೆಡಿಸುವ ಆಮ್ಲತೆ, ಹುಳುಕಾಗುವಿಕೆಗಳನ್ನು ತಡೆಯುವಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿನ ಜೊಲ್ಲು ಸಹಾಯಕ ವಾದುದಾಗಿದೆ.

ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಅಗಿಯುವುದರಿಂದ ಆಗುವ ಇನ್ನೊಂದು ಅನುಕೂಲವೆಂದರೆ, ಊಟದ ಬಳಿಕ ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಅಗಿದರೆ ಅದು ಹಲ್ಲಿನ ಸಂದಿಗೊಂದುಗಳಲ್ಲೆಲ್ಲ ಉಳಿದಿರುವ ಆಹಾರದ ಚೂರು ಪಾರು, ಆಹಾರ ಕಣಗಳೆಲ್ಲ ವನ್ನೂ ಹೊರಗೆಳೆದುಬಿಡುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಈ ಉಳಿಕೆ ಆಹಾರ ಕಣಗಳಿಂದಾಗಿ ಹಲ್ಲು ಹುಳುಕಾ ಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುತ್ತದೆ.

ಇವೆಲ್ಲ ಒಂದು ಕಡೆಯಿದ್ದರೆ ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಜಗಿಯುವುದರ ಇನ್ನೊಂದು ಮಗ್ಗಲು ಬೇರೆ ಯದೇ ಆಗಿದೆ. ಮಕ್ಕಳು ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಜಗಿದಂತೆ ಹೆಚ್ಚೆಚ್ಚು ಗಾಳಿ ಕುಡಿಯುತ್ತಾರೆ. ಇದು ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು ಮತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಗ್ಯಾಸ್ ತುಂಬಲು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ.

ನಿಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಹೊಟ್ಟೆ ಸರಿಯಿಲ್ಲ ಎಂದು ಹೇಳಿದಾಗ ಆತ ಹೆಚ್ಚು ಚೂಯಿಂಗಮ್ ಅಗಿಯುತ್ತಾನೆಯೇ ? ಎಂಬುದರ ಬಗೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಗಮನ ವಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ.

ಆಗೊಮ್ಮೆ ಈಗೊಮ್ಮೆ ಚೂಯಿಂಗಮ್ ತಿನ್ನುವುದು ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಶುದ್ಧೀಕರಿಸಲು ಇರುವ ಒಂದು ಮಾರ್ಗವಾಗಿದೆ. ಈ ರೀತಿಯಿಂದ ಅದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಆದರೆ ಅತಿ ತಿಂದರೆ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇದು ಹೊಟ್ಟೆಯ ತೊಂದರೆಯನ್ನು ತರುತ್ತದೆಂಬು ದನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ.

ಮಿಲ್ಕ್‌ಶೇಕ್ ಕ್ಯಾಲೊರಿಗಳು

ಹಣ್ಣಿನ ಮಿಲ್ಕ್‌ಶೇಕ್‌ಗಳು, ಕೃತಕವಾಗಿ ಪರಿಮಳ ನೀಡಿದ ವೆನಿಲಾ ಮಿಲ್ಕ್ ಶೇಕ್, ಕೋಕೋ ಮಿಲ್ಕ್ ಶೇಕ್‌ಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ಸತ್ವ ಭರಿತವಾದ ಆಹಾರ ಪಾನೀಯಗಳು. ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ನಾನಾ ತಿಂಡಿಗಳನ್ನು ಕೊಡಿಸುವುದರ ಬದಲು ಹಣ್ಣಿನ ಮಿಲ್ಕ್‌ಶೇಕ್‌ಗಳನ್ನು ಕೊಡಿಸುವು ದೊಳಿತು. ಇದು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಉತ್ತಮ ಪೋಷಕಾಂಶ ಗಳ ಆಹಾರವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ನೆನಪಿರಲಿ ಮಿಲ್ಕ್ ಶೇಕ್‌ಗಳು ಅಧಿಕ ಕ್ಯಾಲೊರಿಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಮಿಲ್ಕ್ ಶೇಕ್‌ಗೆ ಸೇರಿಸುವ ಸಕ್ಕರೆ ಇದರ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಮಟ್ಟವನ್ನು ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಮಾಡಿರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬೆಳೆಯುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ವಾದ ಈ ಆಹಾರವನ್ನು ದೊಡ್ಡವರು ಸ್ವಲ್ಪ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಈಗ ಕೆಲವು ಹಣ್ಣಿನ ಮಿಲ್ಕ್ ಶೇಕ್‌ಗಳ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಮಟ್ಟವನ್ನು ನೋಡೋಣ.

ಬಾಳೆಹಣ್ಣಿನ ಮಿಲ್ಕ್‌ಶೇಕ್

ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ಹಾಲು (೨೦೦ ಮಿ.ಲೀ), ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಬಾಳೆ ಹಣ್ಣು, ಎರಡು ಟೀ ಚಮಚ ಸಕ್ಕರೆ. ಈ ಮಿಲ್ಕ್‌ಶೇಕ್ ಸುಮಾರು ೩೯೦ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ನೀಡಬಲ್ಲದು.

ಚಿಕ್ಕೂ ಮಿಲ್ಕ್ ಶೇಕ್

ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ಹಾಲು, ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಸಪೋಟಾ, ಮೂರು ಚಮಚ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಮಾಡಬೇಕು. ಇದು ೩೪೪ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಶಕ್ತಿ ನೀಡ ಬಲ್ಲದು.

ಸೀತಾಫಲ ಮಿಲ್ಕ್‌ಶೇಕ್

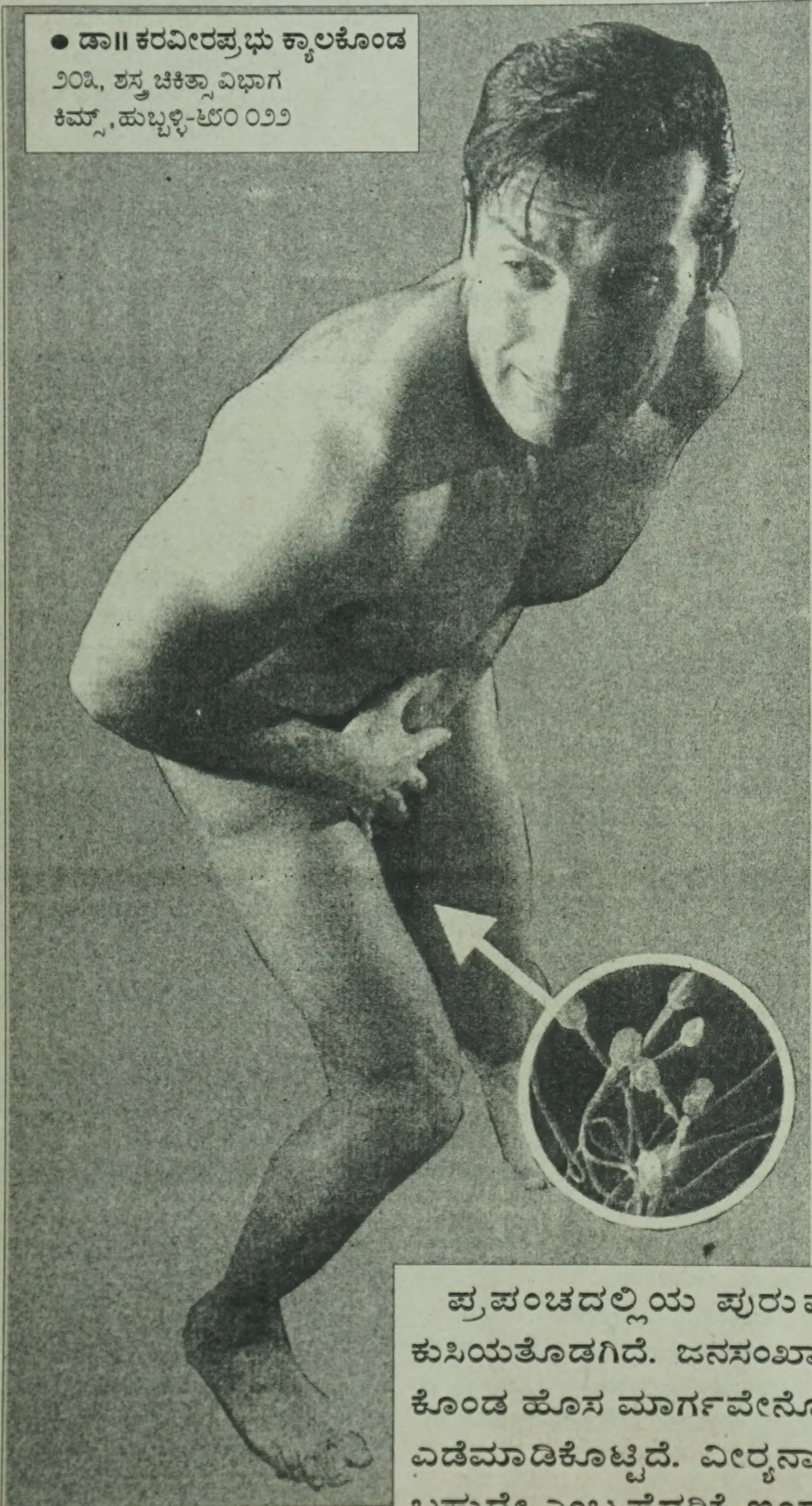
ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ಹಾಲು, ಒಂದು ಮಧ್ಯಮ ಗಾತ್ರದ ಸೀತಾಫಲ, ಎರಡು ಟೀ ಚಮಚ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಮಾಡುವುದು. ಇದರಿಂದ ದೊರೆಯುವ ಕ್ಯಾಲೊರಿಗಳು ೩೭೪.

ಸ್ಟ್ರಾಬೆರಿ ಮಿಲ್ಕ್‌ಶೇಕ್

ಒಂದು ಗ್ಲಾಸ್ ಹಾಲು, ೧೦೦ ಗ್ರಾಂ ತಾಜಾ ಸ್ಟ್ರಾಬೆರಿ, ಮೂರು ಟೀಚಮಚ ಸಕ್ಕರೆ ಸೇರಿಸಿ ಮಾಡಿದರೆ ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಸುಮಾರು ೩೪೪ ಕ್ಯಾಲೊರಿ ಇದರಿಂದ ಲಭ್ಯ.

ಷಂಡರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆಯೆ ?

● ಡಾ॥ ಕರವೀರಪ್ರಭು ಕ್ಯಾಲಕೊಂಡ
೨೦೩, ಶಸ್ತ್ರ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿಭಾಗ
ಕಿಮ್ಸ್, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ-೫೮೦ ೦೨೨



'ದಿ ಚಿಲ್ಡ್ರನ್ ಆಫ್ ಮೆನ್ ' ಪುಸ್ತಕವನ್ನು ೧೯೯೨ರಲ್ಲಿ ಪಿ.ಡಿ. ಜೇಮ್ಸ್ ಬರೆದು ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು. ಇದೊಂದು ಕಾಲ್ಪನಿಕ ಕಾದಂಬರಿ. ಹೊಸ ವಸ್ತುವಿನಸುತ್ತ ಹೆಣೆದ ನಿರೂಪಣೆಯಲ್ಲಿಯ ವೈವಿಧ್ಯತೆಗಳಿಂದಾಗಿ ಕಾದಂಬರಿ ಪ್ರಪಂಚದಾದ್ಯಂತ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾಯಿತು. ಓದುಗರ ಕುತೂಹಲ ಕೆರಳಿಸುವ ವಿಷಯ ಅದರಲ್ಲಿತ್ತು. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿಯ ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕುಸಿಯತೊಡಗಿತ್ತು. ಅದು ಎಷ್ಟೊಂದು ಕುಸಿದಿತ್ತೆಂದರೆ ಇನ್ನು ಮುಂದೆಂದೂ ಫಲವಂತಿಕೆ ನೀಡದಷ್ಟು ಶಕ್ತಿ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಮಟ್ಟಕ್ಕೆ ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಇಳಿದಿತ್ತು. ಶತಪ್ರಯತ್ನಗಳ ಫಲವಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿಯ ಕೊನೆಯ ಮಗುವಿನ ಜನನವಾಗಿತ್ತು. ಇಂಥ ಸ್ಥಿತಿ ತಲೆದೋರಿದ ಕಲ್ಪನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಜೇಮ್ಸ್ ಕಾದಂಬರಿ ರಚಿಸಿದ್ದರು. ಓದುಗರಲ್ಲಿ ಭಯ ಭೀತಿ ಹುಟ್ಟಿಸಿದ್ದರು.

'ಹುಣಸೆಗಿಡ ಮುಪ್ಪಾದರೆ ಹುಳಿ ಮುಪ್ಪೆ ?' ಎನ್ನುವ ತತ್ವಕ್ಕೆ ಜೋತುಬಿದ್ದ ತತ್ವವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಲೇಖಕರ ಕಲ್ಪನೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಅಪಹಾಸ್ಯ ಮಾಡಿದ್ದರು. ಇದು ಅಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಒಕ್ಕೊರಲಿನಿಂದ ಸಭೆ ಸಮಾರಂಭಗಳಲ್ಲಿ ಚೀರಾಡಿದ್ದರು. ಸದ್ದಿಲ್ಲದಂತೆ ವೈದ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಬಿಸಿ ತಟ್ಟಿಸಿ ನಿದ್ದೆಗೆ ಭಂಗ ತಂದಿದ್ದರು. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತರ್ಕಿಸಿದರು, ಕಂಡ ಕಂಡಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸಿದರು. ಈ ಸಾಧ್ಯ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳ ಒರೆಗೆ ಹಚ್ಚುವ ಸಲುವಾಗಿ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಆಯ್ದ ೬೧ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಅಧ್ಯಯನ ನಡೆಸಿದರು.

'ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಜರ್ನಲ್' ದಲ್ಲಿ ಅದೇ ವರ್ಷ ಡೇನಿಕ್ ಮಕ್ಕಳ ತಜ್ಞ ನೀಲ್ಸ್ ಸ್ಕಕ್ಕೆಬೆಕ್ ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನವೊಂದನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದರು. ''ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಪುರುಷನ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಳೆದ ೫೦ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಶೇಕಡಾ ೪೦ಕ್ಕೂ

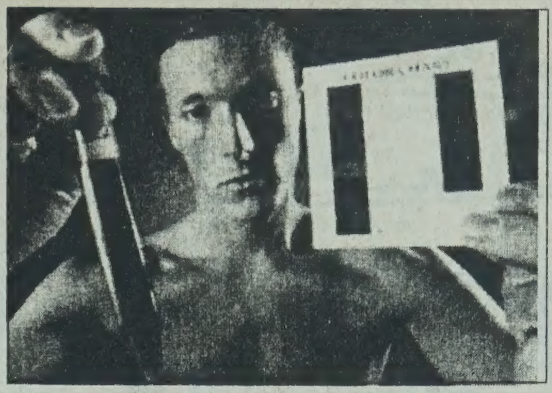
ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿಯ ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕುಸಿಯತೊಡಗಿದೆ. ಜನಸಂಖ್ಯಾ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ನಿಸರ್ಗ ಕಂಡುಕೊಂಡ ಹೊಸ ಮಾರ್ಗವೇನೋ ಎಂಬ ಊಹಾ ಪೋಹಗಳಿಗೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದೆ. ವೀರ್ಯನಾಶದಿಂದ ಮನುಕುಲ ನಾಶವಾಗಬಹುದೇ ಎಂಬ ಹೆದರಿಕೆ ಇಂದು ಕಾಡಹತ್ತಿದೆ.

ಹೆಚ್ಚು ಕುಸಿದಿದೆ. ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಾಂದ್ರತೆ ೧೯೩೮-೧೯೯೦ರಲ್ಲಿ ಬಹಳಷ್ಟು ಇಳಿಮುಖವಾಗಿದ್ದು, ಈ ಇಳಿಮುಖ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸಲು ನನಗೆ ಸಾಧ್ಯವಾಗಲಿಲ್ಲ....'' ಎಂಬ ಅಸಹಾಯಕತೆಯನ್ನು ಸ್ಕಕ್ಕೆಬೆಕ್ ವರದಿಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ್ದರು. ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಇಳಿಮುಖದ ಜೊತೆಗೆ ಈಗಿರುವ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಹೇರಳ- ತಲೆಯಿಲ್ಲದ, ಬಾಲವಿಲ್ಲದ ಅಥವಾ ಎರಡೆರಡು ತಲೆಯ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು, ಚಲಿಸದ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ವೀರ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿರುವ ಆಂಡ್ರಾಲಾಜಿಸ್ಟರು ದಂಗಾಗಿದ್ದಾರೆ, ಕಳಪೆ ಮಟ್ಟದ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ೧೯೫೦ರ ದಶಕದಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ, ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಶೇಕಡಾ ೩೦ಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆಯಿದ್ದರೆ, ಈಗ ಶೇಕಡಾ ೬೦-೭೦ ರಷ್ಟಾಗಿವೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ಕೆಲವು ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಪ್ರಕಾರ ವೀರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಿಗಿಂತ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸಾಯುತ್ತಿರುವ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯೇ ಹೆಚ್ಚಾಗಿವೆಯಂತೆ!

ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಜನಸಂಖ್ಯಾಸ್ಫೋಟ ಅರ್ಥಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರನ್ನು ಆವರಿಸಿ ಆಗು ಹೋಗುಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಅನಾಹುತಗಳ ಬಗ್ಗೆ, ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಕುಂಠಿತವಾಗುತ್ತಿರುವ ಬಗ್ಗೆ, ಕುಂದು ಕೊರತೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಲೆಕೆಡಿಸಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಂತೆ, ಪುರುಷರಲ್ಲಿಯ ಪುರುಷತ್ವ ಗಮನಾರ್ಹವಾಗಿ ಇಳಿಮುಖವಾಗುತ್ತಿದ್ದು, ಜನಸಂಖ್ಯಾ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ನಿಸರ್ಗ ಕಂಡುಕೊಂಡ ಹೊಸ ಮಾರ್ಗವೇನೋ ಎಂಬ ಊಹಾಪೋಹಗಳಿಗೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದೆ.

ಜನನ ತಜ್ಞ ಲೂಯಿ ಗಿಲೆಟ್ ಅಮೆರಿಕದ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಸೇರಿದವರನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಮಾತನಾಡುತ್ತ - '' ಈ ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬ ಗಂಡಸು ತನ್ನ ತಾತನ ಅರ್ಧದಷ್ಟು ಗಂಡಸಾಗಿ ಉಳಿದಿಲ್ಲ'' ಎಂದಿರುವುದು ಅಪಹಾಸ್ಯ ಮಾಡಲು ಅಲ್ಲ. ಅಜ್ಜ ಮುತ್ತಜ್ಜರಿಗೆ ವರ್ಷಕ್ಕೊಂದು ಮಗುವಾಗುತ್ತಿತ್ತಂತೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನೈಸರ್ಗಿಕ ಪ್ರಕೋಪಕ್ಕೇ, ಸಾಂಕ್ರಾಮಿಕ ರೋಗಗಳ ಸುಳಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕು ಅಳಿದು ಉಳಿದವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಕ್ರಿಕೆಟ್ ಟೀಮುಗಳಷ್ಟು ಇರುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ ಈಗಿನವರು ಮಕ್ಕಳಾಗಲಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ವೈದ್ಯರ ಹತ್ತಿರ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಬರುತ್ತಿರುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದು ಷಂಡರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದಕ್ಕೆ ಪುಷ್ಟಿ ನೀಡುತ್ತಿದೆ.

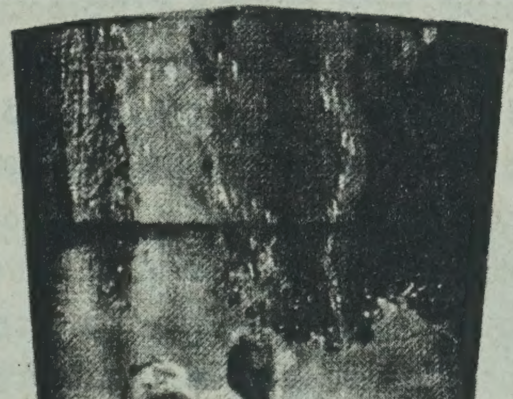
೧೯೪೦ರಲ್ಲಿ ಪುರುಷರಲ್ಲಿಯ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ



ಪುರುಷರಲ್ಲಿಯ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕುಸಿಯತೊಡಗಿದೆಯೆಂಬುದನ್ನು ಸಾರುವ ವರದಿ

ಸಂಖ್ಯೆ ಮಿಲಿಲೀಟರ್ ವೀರ್ಯದಲ್ಲಿ ಸರಾಸರಿ ೧೧೩ ದಶಲಕ್ಷವಿತ್ತು. ೧೯೯೦ರಲ್ಲಿ ಅದು ಕೇವಲ ೬೬ ದಶಲಕ್ಷಕ್ಕೆ ಕುಸಿದಿದೆ. ಅಂಡ್ರಾಲಾಜಿಸ್ಟ್‌ರ ಪ್ರಕಾರ ಈ ಸ್ಥಿತಿಗೆ 'ಓಲಿಗೋಸ್ಪರ್ಮಿಯಾ' (Oligospermia) ಎನ್ನುವರು. ಇಂಥವರಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಾಗುವ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ. ಇದು ಅಸಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿ. ಆದರೆ ಇಂದಿನ ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ಇದೇ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸ್ಥಿತಿಯಾಗಿಬಿಟ್ಟಿದೆ. ಇದರ ಬಗ್ಗೆ ಅನುಮಾನ ಬೇಡ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಪ್ರಜನನ ತಜ್ಞರು.

ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳ ಪುರುಷರಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿರುವ ಬಗ್ಗೆ ಕಳೆದ ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ವರದಿಗಳು ಬಂದಿದ್ದರೂ, ಕೆಲವು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಇದೊಂದು ಹಾಸ್ಯಾಸ್ಪದ ಸಂಶೋಧನೆಯೆಂದೇ ಗೇಲಿ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಎರಡು ವಾರಗಳ ಹಿಂದೆ ಫಿನ್‌ಲೆಂಡಿನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಪ್ರಕಟಿಸಿದ ವರದಿಗಳಿಂದ



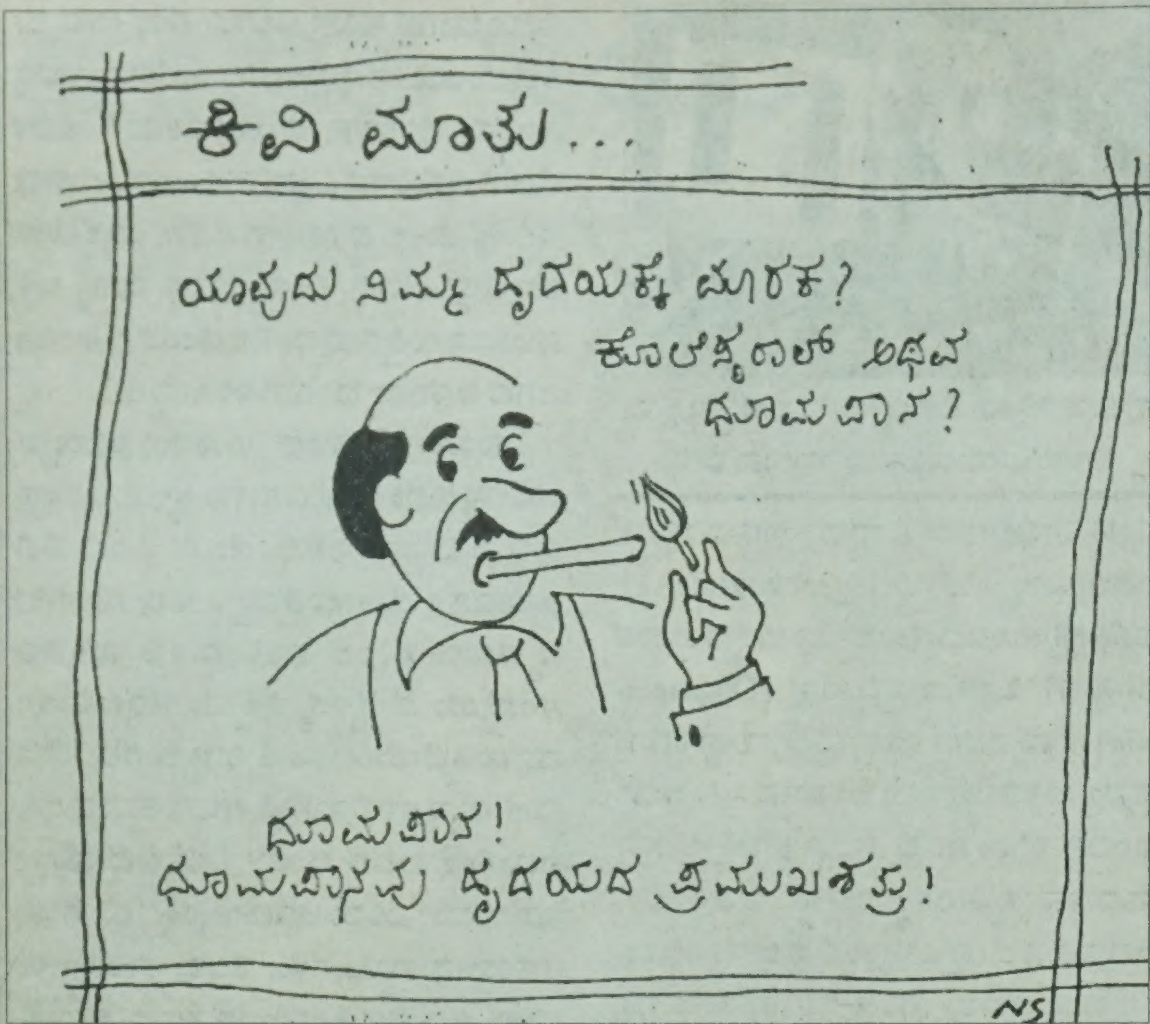
ವೀರ್ಯಾಣು ಉತ್ಪತ್ತಿಗೆ ಆತಂಕವನ್ನೊಡ್ಡಿದ ಡಿಡಿಟಿ ಮತ್ತಿತರ ರಾಸಾಯನಿಕಗಳು

ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಮಸ್ಯೆ ನಿಜಕ್ಕೂ ಗಂಭೀರವಾಗುತ್ತಿದೆಯೆಂದು 'ನ್ಯೂ ಸೈಂಟಿಸ್ಟ್' ಬರೆದಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಪೂರಕ, ಪೋಷಕ, ಪರಿಪೂರಕವಾಗಿ ಇದೇ ವೇಳೆಗೆ ಅಮೆರಿಕದ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಒಂದು ತಂಡವು ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸಿ, ಫ್ಯಾಕ್ಟರಿಗಳ ಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದಾಗಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಇಳಿಮುಖವಾಗುತ್ತಿರುವುದು ನಿಜವೆಂದು ಘೋಷಿಸಿ ಜಗದ ಜನರನ್ನು ದಂಗುಗೊಳಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಕಾರ್ಖಾನೆಗಳಿಂದ ಹೊರಹೊಮ್ಮುವ ಮಾಲಿನ್ಯಕಾರಕ ರಸಾಯನಗಳು ಸ್ತ್ರೀಯರ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸ್ರವಿಸುವ 'ಇಸ್ಟ್ರೋಜೇನ್' ಎಂಬ ಬೆದೆಜನಕವನ್ನೇ ಹೋಲುತ್ತಿದ್ದು , ಇವು ಗಂಡಸರ ವೃಷಣದ ಮೇಲೆ ದಾಳಿ ಮಾಡಿ ಷಂಡರ ಸಂಖ್ಯೆಯ ಹೆಚ್ಚಳಕ್ಕೆ ಶಕ್ತಿಯ ಸರಬರಾಜು ಮಾಡುತ್ತಿವೆಯೆಂದು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲಾಗಿದೆ. ಔದ್ಯಮಿಕ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿತಾನೆ ಹೀಗಾಗುತ್ತಿರುವುದು, ನಮಗೇಕೆ ಅದರ ಚಿಂತೆ? 'ಮಾಡಿದುಣ್ಣೋ ಮಾರಾಯ' ಎಂದು ಅನೇಕರು ನಕ್ಕಿದ್ದರು. ಗರ್ಭ ತಡೆಯುವ ಮಾತ್ರೆಗಳು, ಕೆಲವು ಶಾಂಪುಗಳು ಮತ್ತು ಚರ್ಮದ ಕ್ರೀಮುಗಳ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಕೃತಕ ಬೆದೆಜನಕಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಸಂಸ್ಕರಣೆಯಿಂದ ಲಭಿಸುವ ಬಗೆ ಬಗೆಯ ರಸಾಯನಗಳು, ಡಿಡಿಟಿ ಮುಂತಾದ ಕೀಟನಾಶಗಳು, ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಸಾಮುಗ್ರಿಗಳು, ಎನಾಮೆಲ್ ಪೇಂಟ್, ಕೂದಲಿಗೆ ಹಚ್ಚುವ ಹೇರ್‌ಡೈಗಳಲ್ಲಿ ಬೆದೆಜನಕಗಳು ಪತ್ತೆಯಾಗಿವೆ.

ವಾಸ್ತವಿಕವಾಗಿ ಈ ಬೆದೆಜನಕಗಳ ಉಪಯೋಗ ಎಷ್ಟು ಹರಡಿದೆಯೆಂದರೆ, ಚರಂಡಿಯ ಹೊಲಸಿನಲ್ಲೂ ಅವುಗಳ ಕುರುಹುಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದಾಗಿದೆ. ಬ್ರಿಟನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಚರಂಡಿ ನೀರು ಸೇರುವಂತಹ ಕೆರೆ, ಕಟ್ಟೆ ಮತ್ತು ಹಳ್ಳ, ಹೊಳೆಗಳ ಪುರುಷ ಮೀನುಗಳು ಎರಡು ಲಿಂಗಗಳ ಜನನಾಂಗಗಳನ್ನು ವಿಕಸಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದವು. ಈ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು 'ಇಂಟರ್‌ಸೆಕ್ಸ್' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಬೆದೆಜನಕದ ಒಂದು ಅಂಶಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾದರೂ, ತಾತ್ವಿಕವಾಗಿ ಫಲವತ್ತತೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ಷೀಣಿಸತೊಡಗುತ್ತಾನೆ. ಡೆನ್ಮಾರ್ಕ್, ಎಡಿನ್‌ಬರೋ ಮತ್ತು ಪ್ಯಾರಿಸ್‌ನಲ್ಲಿಯ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಇದನ್ನೇ ಸಾಬೀತು ಮಾಡಿವೆ. ಜನವರಿ ೪ರ ಬ್ರಿಟಿಷ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಜರ್ನಲ್‌ನಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ವರದಿಯ ಪ್ರಕಾರ ಸರಾಸರಿ ವೃಷಣದ ತೂಕವೂ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿದ್ದು, ಅಲ್ಲಿ ಬರೀ ನಾರಿನ ಅಂಶ ಹೆಚ್ಚಾಗುತ್ತಿದೆಯಂತೆ!

ಡೈ ಇಥೈಲ್ ಸ್ಟಿಲ್‌ಬೆಸ್ಟ್ರೋಲ್ (DES)



ಎನ್ನುವ ಕೃತಕ ಬೆದೆಜನಕವನ್ನು ಸಂಯುಕ್ತ ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಗರ್ಭಪಾತ ತಡೆಯಲು ೧೯೪೦-೧೯೭೦ರ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ೧೯೭೦ರ ಅಂತ್ಯಕ್ಕೆ ಇದರ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು ವೈದ್ಯರ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬಂದವು. ಈ ಔಷಧಿ ಬಳಕೆ ಬಹಿಷ್ಕರಿಸುವ ವೇಳೆಗಾಗಲೇ ಜನಿಸಿದ ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳು ಜೋತುಬೀಳದ ವೃಷಣ ಮತ್ತು ವಿಕೃತ ಶಿಶ್ನಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದರು, ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಕಡಿಮೆಯಾಗಿತ್ತು, ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಗುಣಮಟ್ಟವೂ ಕಳಪೆಯದಾಗಿತ್ತು.

ವೀರ್ಯ ಸ್ಖಲನದ ಸ್ಯಾಂಪಲ್‌ಗಳು ಅಷ್ಟೇನೂ ನಿಖರವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಅಪಸ್ವರ ಎತ್ತಿದ ಹೆಲ್ಸಿಂಕಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ತಜ್ಞರು ಮನುಷ್ಯರ ವೃಷಣಗಳ ಅಧ್ಯಯನಕ್ಕೆ ತೊಡಗಿದರು. ಕಳೆದ ಎರಡು ದಶಕಗಳಲ್ಲಿ ಆಕಸ್ಮಿಕ ಅಪಘಾತಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗಿ ಸತ್ತ ೫೨೮ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳ ಪೋಸ್ಟ್ ಮಾರ್ಟಮ್ ಮಾಡುವಾಗ ತೆಗೆದಿಟ್ಟ ವೃಷಣದ ಅಂಗಾಂಶಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿ ಇತ್ತೀಚಿನ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಇಳಿಮುಖವಾಗುತ್ತಿರುವುದು ನಿಜ ಎಂದು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ ಮತ್ತು ಉಳಿದ ತಜ್ಞರ ತಂಡದ ವರದಿಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ.

ಗರ್ಭದಾನಕ್ಕೆ ಒಂದೇ ಒಂದು ವೀರ್ಯಾಣು ಸಾಕು ಅಂದಾಗ ಈಗಿನ ಪುರುಷರಲ್ಲಿಯೂ ಲಕ್ಷಾಂತರ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಿರುವಾಗ ಫಲವತ್ತತೆಗೆ ಧಕ್ಕೆಯಾಗುವುದೆಲ್ಲಿ ? ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಕ್ರಿಯೆ ನಾವು ತಿಳಿದಷ್ಟು ಸರಳವಾದುದಲ್ಲ ಸುಲಭವಾದುದೂ ಅಲ್ಲ. ಅಂಡಾಣುವಿನೊಂದಿಗೆ 'ಮಿಥುನ' ನಡೆಸಲು ಪೈಪೋಟಿಯಿದ್ದಷ್ಟೂ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಸುಲಭ. ಇನ್ನೂ ಸರಳವಾಗಿ ಹೇಳಬೇಕೆಂದರೆ ಅತ್ಯಂತ ಬಲಿಷ್ಠವಾದ ವೀರ್ಯಾಣು ಉಳಿದ ಕೋಟ್ಯಾಂತರ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳೊಡನೆ ಸ್ಪರ್ಧೆ ನಡೆಸುತ್ತದೆ. ಅತ್ಯಂತ ಬಲಿಷ್ಠ ವೀರ್ಯಾಣು ಜಯಗಳಿಸುತ್ತದೆ. ಸುಂದರ ಮಗುವಿನ ಸೃಷ್ಟಿಗೆ ನಾಂದಿ ಹಾಡುತ್ತದೆ. ಈ ಪೈಪೋಟಿ ತಪ್ಪಿಹೋದಲ್ಲಿ ಬಲಹೀನ ವೀರ್ಯಾಣು ಅಂಡಾಣುವಿನ ಹೊರಾವರಣ ಭೇದಿಸಿ ಮಿಲನ ಹೊಂದಬಹುದು. ಆದರೆ, ಬಲಹೀನ ವೀರ್ಯಾಣುವಿನ ಸಂತತಿ ಅಂಗವಿಕಲ ಮಕ್ಕಳ ಜನನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು, ಇಲ್ಲವೆ ಅಂಡದಿಂದ ಪಿಂಡವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳೇ ಕಡಿಮೆಯಿರುವುದರಿಂದ ಬಂಜೆತನ ಗಟ್ಟಿಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯನಾಶ ಮತ್ತು ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಬಗ್ಗೆ ಒಮ್ಮತದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಿಲ್ಲ. ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಅಂಡಾಣು ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಕೂಡಿಕೆಯ ಪರಿಜ್ಞಾನ ಅಗತ್ಯ. ಅಂಡಾಣು ಒಂದು ಗುಂಡಗಿನ ಬೀಜದಂತಿದ್ದು, ಕಠಿಣ ಹೊರಕವಚವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ವೀರ್ಯಾಣು ಕಪ್ಪೆ ಮರಿಯಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಅದರಂತೆಯೇ ಈಜುತ್ತದೆ. ತಲೆ ಮತ್ತು ಬಾಲ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಹಸ್ತಾಂತರಿಸುವಂತಹ ವಂಶವಾಹಿ ವಸ್ತುವಾದ ಡಿ.ಎನ್.ಎ. ತಲೆಯ ಭಾಗದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಸ್ತ್ರೀ ಅಂಡಾಣುವಿನ ಹೊರಕವಚ ಭೇದಿಸಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಕಿಣ್ವಗಳ ಒಂದು ಗೋಡೆ ಸುತ್ತುವರೆದಿರುತ್ತದೆ. ಅಂಡಾಣುವಿನ ಹೊಸ ಕವಚ ಜೀರ್ಣವಾದ ಮೇಲೆ ವೀರ್ಯಾಣು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅಂಡಾಣುವಿನ ಹೊರಕವಚ ಎಷ್ಟು ಕಠಿಣವಾಗಿರುತ್ತದೆಂದರೆ, ಅದು ಜೀರ್ಣವಾಗಲು ಸಾವಿರಾರು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಲ್ಲಿಯ ಕಿಣ್ವಗಳು ಬೇಕು.

ಹೀಗಾಗಿ ಅಂಡಾಣುವಿನ 'ಮೈಥುನ 'ಕ್ಕೆ ವೀರ್ಯಾಣು ಋಗಳು ಪೈಪೋಟಿ ನಡೆಸಿದರೂ, ಸಾವಿರಾರು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಬಲಿದಾನದ ನಂತರ ಒಂದು ವೀರ್ಯಾಣು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಸೇರಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುವುದು. ಫಲಪ್ರದವಾದ ಕೂಡಲೇ ಅಂಡಾಣುವಿನ ಹೊರಕವಚ ಮತ್ತಷ್ಟು ಕಠಿಣವಾಗುವುದು. ವೀರ್ಯಾಣುವಿನ ಒಳಪ್ರವೇಶವನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಷೇಧಿಸುವುದು. ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಲ್ಲಿಯ ಕಿಣ್ವಗಳ ಪ್ರಭಾವದಿಂದಲೂ ಅದು ಜೀರ್ಣಗೊಳ್ಳದಷ್ಟು ಬಲಿಷ್ಠವಾಗುವುದು. ಇದರಿಂದಾಗಿ ಕೋಟ್ಯಾಂತರ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಅಂಡಾಣುವಿನ ಸುತ್ತ ಗಸ್ತು ಹೊಡೆದು ಸುಸ್ತಾಗಿ ಸತ್ತು ಹೋಗುವವು. ಪ್ರತಿ ಅಂಡಾಣು ಬಿಡುಗಡೆಯಾದ ನಂತರ ಸುಮಾರು ಎರಡು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಬದುಕಿರಬಲ್ಲದು.

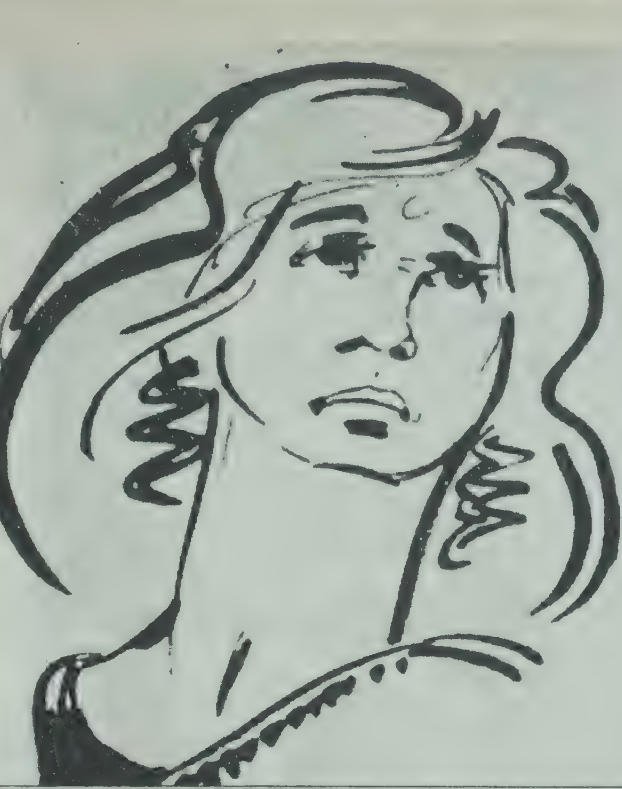
ಹೆಂಗಸರ ಮತ್ತು ಗಂಡಸರ ಸಂತಾನ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿವೆ. ಒಂದು ಹೆಣ್ಣು ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಅದು ಸುಮಾರು ಹತ್ತು ಲಕ್ಷ ಅಂಡಾಣುಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದು, ಮಗು ಬೆಳೆದಂತೆ ಅಂಡಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಾ ಬಂದು ಋತುಮತಿಯಾಗುವ ಹೊತ್ತಿಗೆ ಕೆಲವು ಸಾವಿರ ಅಂಡಾಣುಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಪ್ರತಿ ಋತುಸ್ರಾವದ ನಂತರ ಸ್ತ್ರೀದೇಹ ಒಂದೇ ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿ ಬೆಳೆಸಿ ಗರ್ಭಕೋಶದತ್ತ ತಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಒಂದು ವೇಳೆ ಈ ಅಂಡಾಣು ವೀರ್ಯಾಣುವಿನೊಡನೆ ಕೂಡುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲವಾದಲ್ಲಿ ಋತುಸ್ರಾವವಾಗಿ ಮತ್ತೊಂದು ಅಂಡಾಣುವಿನ ಪೋಷಣೆ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಒಬ್ಬ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮಹಿಳೆ ಸರಾಸರಿ ಮೂವತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಗರ್ಭವತಿಯಾಗುವ

(೪೫ನೇ ಪುಟ ನೋಡಿ)

ವಿಕೃತ ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗೆ ಕಾರಣರಾರು ?

ಹೆತ್ತವರೆ ? ಶಿಕ್ಷಣವೆ ? ? ಸಮಾಜವೆ ? ? ?



ಮುದ್ದಾದ ಮುಗ ಕೆಂಪು ಕೆಂಪು ಬಣ್ಣ. ಟೊಮೊಟೋ ಸಹ ನಾಚುವಂತಹದು, ನಕ್ಷತ್ರಗಳಂತೆ ಹೊಳೆಯುವ ಕಣ್ಣುಗಳು, ನಕ್ಕರೆ ಕೋಲ್ಮಿಂಚು ಸುಳಿದಂತೆ... ಯಾರಿಗೆ ತಾನೆ ಇಷ್ಟವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಇಂತಹ ದಂತದ ಬೊಂಬೆ ?... ಕಣ್ಣು ತುಂಬು ವಷ್ಟು ನೋಡೋಣವೆನಿಸುತ್ತದೆ, ಮಾತನಾಡೋಣವೆನಿಸುತ್ತದೆ ಮುಟ್ಟೋಣವೆನಿಸುತ್ತದೆ, ಮುದ್ದಿಡೋಣವೆನಿಸುತ್ತದೆ, ಕೆನ್ನೆ ಚಿವುಟೋಣವೆ ನಿಸುತ್ತದೆ.

ಮದುವೆಯ ಹೆಣ್ಣು, ಹರಯ ಚಿಮ್ಮುವ ಅಂಗಾಂಗಗಳು, ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ನೂರು ನೂರು ಆಸೆಗಳು, ಕನಸುಗಳು, ಭಾವೀ ಗಂಡನ ಹೆಸರನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ಕೆಂಪೇರುವ ಕದಪು, ಮದುವೆಯ ಹೆಣ್ಣನ್ನು ಓರಿಗೆಯವರು ಛೇಡಿಸುವ ಪರಿಯಂತೂ ಹೇಳಲಸಾಧ್ಯ ! ಜೊತೆಗೆ ಕಿರಿಯ ತಂಗಿಯರು, ತಮ್ಮಂದಿರೂ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆ ? ಮದುವೆಯ ಅರ್ಥ ತಿಳಿಯದಿದ್ದರೂ, ಭಾವನ ಹೆಸರನ್ನು ಹೇಳಿದರೆ ಅಕ್ಕ ನಾಚಿ ಹುಸಿಗೋಪ ತೋರಿ ಹೊಡೆಯಲು ಅಟ್ಟಿಸಿಕೊಂಡು ಬರುವಳೆಂಬ ವಿಷಯವೇ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಒಂದು ದೊಡ್ಡ ಮೋಜು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಹುಡುಗರ ಜೊತೆಗೆ ದೊಡ್ಡವರು ಹುಡುಗರಾಗಿ ರಂಗೇರಿಸುವುದುಂಟು. ರೇಗಿಸುವಿಕೆ, ಛೇಡಿಸುವಿಕೆ, ಗೋಳು ಹೊಯ್ದುಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ತುಂಟಾಟಗಳಿಗೆ ಮಿತಿಯಿಲ್ಲ. ಎಷ್ಟು ಮಾಡಿದರೂ ಸಾಲದು. ಹೀಗೆ ಛೇಡಿಸುವ ಕ್ಷೇತ್ರಗಳು ಹಲವಾರು. ಇಂತಹವುಗಳಲ್ಲಿ ಶೈಕ್ಷಣಿಕ ಕ್ಷೇತ್ರವೂ ಒಂದು.

ಕರಾಟೆ ಕಿಂಗ್

ಮದರಾಸಿನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ೩ನೇ ವರ್ಷದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬನಿದ್ದ ಇವನು ಕರಾಟೆ ಪಟು ಬೇರೆ, ಶ್ರೀಮಂತ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಿಂದ ಬಂದವನು, ಇದೇ ಕಾಲೇಜಿಗೆ ಮೊದಲನೇ ವರ್ಷಕ್ಕೆ ಹೊಸ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯೊಬ್ಬ ಸೇರಿದ ಅವನೂ ಶ್ರೀಮಂತರ ಮನೆಯವನೇ. ಇವನು ಕಾಲೇಜಿಗೆ ಸೇರುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳೆಲ್ಲ ರ್ಯಾಗಿಂಗನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಮೂರನೆಯ ವರ್ಷದ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಕರಾಟೆಪಟು ಈ ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಗುಂಪಿನ ನಾಯಕ. ಕಿರಿಯನನ್ನು ನಾನಾ ವಿಧವಾಗಿ ಗೋಳು ಹೊಯ್ದುಕೊಂಡ. ಕೊನೆಗೆ ತನ್ನ ಕಾಲು ಮುಟ್ಟಿ ಸಲಾಮು ಹಾಕುವಂತೆ ಅಪ್ಪಣೆ ಮಾಡಿದ. ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಒಪ್ಪಲಿಲ್ಲ, ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಬಿಡಲಿಲ್ಲ. ಹಿರಿಯನ ಬೆದರಿಕೆಗೆ ಕಿರಿಯ ಸೊಪ್ಪು ಹಾಕಲಿಲ್ಲ. ಹಿರಿಯನಿಗೆ ಸಹಪಾಠಿಗಳ ಮುಂದೆ ದೊಡ್ಡ ಅವಮಾನವೇ ಆಗಿಹೋಯಿತು!

ಸ್ವಲ್ಪ ದಿನ ಕಳೆದವು.

ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಒಂದು ದಿವಸ ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಹಾಸ್ಟೆಲಿನ ತನ್ನ ಕೋಣೆಗೆ ಬರ ಹೇಳಿದ. ವೃಥಾ ಏಕೆ ವಿರೋಧ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು? ಎಂದು ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಇದ್ದ ಕೋಣೆಗೆ ನಡೆದ.

ಕೋಣೆಯಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಅಪ್ಪಣೆ ಕೊಟ್ಟ -

ನಾಳೆ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೆದುರು ಬಹಿರಂಗವಾಗಿ ತನ್ನ ಕಾಲಿಗೆ ಬಿದ್ದು ಕ್ಷಮಾಪಣೆ ಬೇಡಬೇಕು ಎಂದು ಆಜ್ಞೆ ಮಾಡಿದ. ತಪ್ಪಿದರೆ ಅವನ ಬದುಕು ನೆಟ್ಟಗಾಗದು ಎಂದ.

ಕಿರಿಯ ಹುಡುಗ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದ.

ಹಿರಿಯ ಹುಡುಗ ಒಂದೇ ಏಟಿಗೆ ನೆಗೆದು ಕಿರಿಯ ಹುಡುಗನ ತಲೆಗೆ ಒಂದು ಕರಾಟೆ ಹೊಡೆತ ಕೊಟ್ಟ!

ಕಿರಿಯ ಕೆಳಗುರುಳಿದ.

ಏನಾಯಿತೆಂದು ಹಿರಿಯ ಹುಡುಗ ತಿಳಿಯುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಕಿರಿಯ ಹುಡುಗನ ಪ್ರಾಣಪಕ್ಷಿ ಹಾರಿ ಹೋಗಿತ್ತು!

ಕರಾಟೆಯ ಕ್ರಿಮಿನಲ್ ತಲೆ ವೇಗವಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡಿತು.

ಬೆಡ್‌ಶೀಟನ್ನು ಹಾಸಿದ. ಅದರ ಮೇಲೆ ಕಿರಿಯನ ದೇಹವನ್ನು ಎಳೆದ.

ಡಿಸೆಕ್ಷನ್ ಮಾಡಲು ಬಳಸುವ ಚೂರಿಯಿಂದ, ಕಿರಿಯನ ತಲೆಯನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿದ, ಎರಡು ಕೈಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿದ, ಎರಡು ಕಾಲಗಳನ್ನೂ ಛೇದಿಸಿದ. ಒಟ್ಟು ಆರು ತುಂಡುಗಳು-



ರ್ಯಾಗಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವ ಕಾಲೇಜ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ - ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರು

ತರಕಾರಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆ....

ರಕ್ತ ಸಿಕ್ತ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು, ಬೆಡ್‌ಶೀಟನ್ನು ತೆಗೆದು ಕೊಂಡು ಹೋಗಿ, ಹಾಸ್ಟೆಲಿನ ಭಾವಣಿಯ ಮೇಲೆ ಸುಟ್ಟು ಬೂದಿಯನ್ನು ಗಾಳಿಗೆತೂರಿದ!

ನಂತರ ಕಿರಿಯನ ಒಂದೊಂದೇ ಅವಯವ ವನ್ನು ಸಾಗಿಸಿ ನಿರ್ಜನ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲಿ ಎಸೆದು ಬರ ಲಾರಂಭಿಸಿದ.

ಹೀಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಪೊಲೀಸರ ಕೈಗೆ ಸಿಕ್ಕಿ ಬೀಳಬೇಕೆ?

ಈಗ ಕಂಬಿ ಎಣಿಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ವಿಕೃತ ಮನಗಳು :

ಜನವರಿ ೩೦.

ಬಿಜಾಪುರ ಲಿಂಗಾಯತ್ ಡೆವಲಪ್‌ಮೆಂಟ್ ಎಜುಕೇಶನಲ್ ಅಸೋಸಿಯೇಶನ್ನಿನ ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜು.

ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ಆರಂಭವಾಗಿತ್ತು.

ಲೇಡಿಸ್ ಹಾಸ್ಟೆಲಿನಲ್ಲಿದ್ದ ಪ್ರಥಮ ವರ್ಷದ ಹುಡುಗಿಯನ್ನು ವಿವಸ್ತ್ರಗೊಳಿಸಲಾಯಿತು. ಅವಳನ್ನು ನಗ್ನಳನ್ನಾಗಿಸಿ ಹುಡುಗರ ಹಾಸ್ಟೆಲ್ಲಿಗೆ ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಬರಲಾಯಿತು, ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಥಮ ವರ್ಷದ ಹುಡುಗನೊಬ್ಬನನ್ನು ಕೂಡಿ ಹಾಕಿದ್ದರು. ಅವನೂ ಸಹ ಹುಟ್ಟುಡುಗೆಯಲ್ಲಿದ್ದ. ಈ ಹುಡುಗಿಯನ್ನೂ ಆ ಹುಡುಗನ ಕೋಣೆಯೊಳಗೆ ತಳ್ಳಿ ಲೈಂಗಿಕ ಸಂಪರ್ಕ ನಡೆಸುವಂತೆ ಬಲವಂತ ಮಾಡಿದರು - ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು.

ಹುಡುಗ ಹುಡುಗಿಯರು ಒಪ್ಪಲಿಲ್ಲ.

ಅದಕ್ಕೆ ಮತ್ತೆ ಶಿಕ್ಷೆ ವಿಧಿಸಿದರು ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು. ಅವರನ್ನು ಮೂರು ದಿವಸ ಉಪವಾಸ ಕೆಡವಿದರು.

ನಂತರ ಈ ಸುದ್ದಿ ಹೊರಬಂದು, ಪೊಲೀಸರು ನಾಲ್ಕು ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಬಂಧಿಸಿ, ೧೫ ಹುಡುಗರ ಮೇಲೆ ಮೊಕದ್ದಮೆ ದಾಖಲು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರುವುದಾಗಿ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಯಿತು.

ಇದೆಲ್ಲ ಸುಳ್ಳು ಎಂದರು ಕಾಲೇಜಿನ ಆಡಳಿತ ವರ್ಗದವರು. ಇಂತಹ ಘಟನೆಯೇ ನಡೆಯಲಿಲ್ಲ ಎಂದು ಆ ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಥಮ ವರ್ಷದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಬಂದು ರಾಜ್ಯದ ಮುಖ್ಯಮಂತ್ರಿ ಹಾಗೂ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಿಕ್ಷಣ ಮಂತ್ರಿಗಳಲ್ಲಿ ಮನವಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ಇಬ್ಬರು ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಹೊಂದಿದ್ದ ಸತ್ಯಶೋಧನ ಸಮಿತಿಯೂ ಸಹ ಇಂತಹ ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ನಡೆದಿರಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ ಎಂದಿದೆ.

ಅದು ಬೇರೆಯ ವಿಷಯ.



ಹುಡುಗಿಯರನ್ನು ಧೂಮಪಾನ ಹವ್ಯಾಸಕ್ಕಿಳಿಸಿದ ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್?

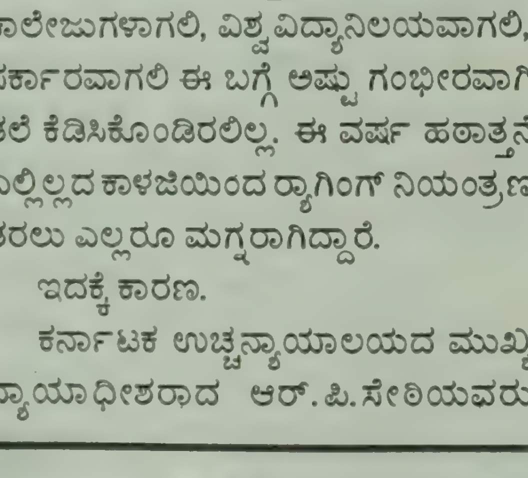
ಆದರೆ ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ತಳೆಯಬಹುದಾದ ಕರಾಳ ರೂಪದ ವಿಶ್ವದರ್ಶನ ನಮಗಾದುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ.

ನ್ಯಾಯಾಲಯ :

ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ವರ್ಷಾನುವರ್ಷಗಳಿಂದ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆದು ಬರುತ್ತಲಿದೆ. ಆದರೂ ಸಹ ಕಾಲೇಜುಗಳಾಗಲಿ, ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯವಾಗಲಿ, ಸರ್ಕಾರವಾಗಲಿ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಅಷ್ಟು ಗಂಭೀರವಾಗಿ ತಲೆ ಕೆಡಿಸಿಕೊಂಡಿರಲಿಲ್ಲ. ಈ ವರ್ಷ ಹಠಾತ್ತನೆ ಎಲ್ಲಿಲ್ಲದ ಕಾಳಜಿಯಿಂದ ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ನಿಯಂತ್ರಣ ತರಲು ಎಲ್ಲರೂ ಮಗ್ನರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ.

ಕರ್ನಾಟಕ ಉಚ್ಚನ್ಯಾಯಾಲಯದ ಮುಖ್ಯ ನ್ಯಾಯಾಧೀಶರಾದ ಆರ್. ಪಿ. ಸೇಠಿಯವರು



ಹುಡುಗಿಯರನ್ನು ವಿವಸ್ತ್ರಗೊಳಿಸುವಷ್ಟು ನೀಚತನಕ್ಕಿಳಿದಿದೆಯೇ ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್?

ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಬರೆದ ಪತ್ರ.

ಮುಂಬೈನಲ್ಲಿ ವಕೀಲರಾಗಿರುವ ಜೆ. ಐ. ಪಾಟೀಲ್ ಎಂಬುವವರು ಸದರಿ ಬಿ. ಎಲ್. ಡಿ. ಇ. ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿರುವ ಅನೇಕ ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ತಡೆಯಲಾರದೆ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಬೇಕಾದಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಉಂಟಾಗಿದೆ, ಹಾಗಾಗಿ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಸೂಕ್ತ ಕ್ರಮವನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳುವಂತೆ, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ಹಿತಾಸಕ್ತಿಯ ಪೆಟೀಶನ್ ಸಲ್ಲಿಸಿದರು. ಇದನ್ನು ಒಪ್ಪಿದ ಸೇಠಿಯವರು ರಾಜ್ಯ ಸರ್ಕಾರಕ್ಕೆ ನೋಟೀಸ್ ನೀಡಿ, ಈ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರಣೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವಂತೆ ನ್ಯಾಯಮೂರ್ತಿ ಜೆ. ಸಿ. ಬೋರುಖ ಅವರಿಗೆ ಒಪ್ಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

''ಉಗ್ರ ಶಿಕ್ಷೆ''

ಉಚ್ಚ ನ್ಯಾಯಾಲಯದಿಂದ ನೋಟೀಸು ಬರುತ್ತಿರುವಂತೆ ತರಾತುರಿಯಲ್ಲಿ ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ರೋಧಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಕೆಲಸ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಈಗಾಗಲೇ ಪತ್ರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿರುವ ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ರೋಧಕ ಕ್ರಮಗಳ ಜೊತೆಗೆ, ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ ಮುಖ್ಯಾಂಶಗಳನ್ನೂ ಹೀಗೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು.

★ ಕಾಲೇಜನ್ನು ಸೇರುವಾಗ ಪ್ರತಿಯೋರ್ವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಒಂದು ಮುಚ್ಚಳಿಕೆಯನ್ನು ಬರೆದು ಕೊಡಬೇಕು. ತಾನು ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದಿಲ್ಲ, ತೊಡಗಿರುವುದು ನಿರೂಪಿತವಾದರೆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಗಳು ಅಗತ್ಯ ಕಾನೂನು ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬಹುದು, ಅದಕ್ಕೆ ತನ್ನ ಅಭ್ಯಂತರವಿಲ್ಲ - ಎಂದು ಅದರಲ್ಲಿ ಬರೆದಿರಬೇಕು. ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್‌ಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಎಲ್ಲ IPC ಸೆಕ್ಷನ್‌ಗಳ ವಿವರ ಅದರಲ್ಲಿರಬೇಕು.

★ ಎಲ್ಲ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ವೈಯಕ್ತಿಕ ವಿವರಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತಹ ಫೋಟೋ ಸಹಿತವಾದ ರಿಜಿಸ್ಟರ್ ಒಂದು ಸ್ಥಳೀಯ ಪೊಲೀಸ್ ಸ್ಟೇಶನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕು.

★ ಸ್ಥಳೀಯ ಪೊಲೀಸ್ ಅಧಿಕಾರಿ, ಪ್ರಿನ್ಸಿಪಾಲ್, ವಾರ್ಡನ್ ಹಾಗೂ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರುವ ಒಂದು ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ರೋಧಕ ಸಮಿತಿಯು ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಆರಂಭವಾಗಬೇಕು.

★ ರ‍್ಯಾಗಿಂಗ್ ಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ನಿಭಾಯಿಸಲೆಂದು ಸರ್ಕಾರವು ಡೈರೆಕ್ಟರ್ ಆಫ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಎಜುಕೇಶನ್ ಅವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಏಳು ಜನ ಸದಸ್ಯರ ಒಂದು ಸಮಿತಿಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದೆ. ಆದರೆ ದುರದೃಷ್ಟವಶಾತ್ ಈ ಏಳೂ ಜನರ ವಾಸ ಬೆಂಗಳೂರಿನಲ್ಲಿಯೇ ಇದೆ.

ಇದರ ಬದಲು, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜುಗಳಿರುವ ಎಲ್ಲ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಿಂದ ಕಮಿಟಿಯ ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಬೇಕಿತ್ತು. ಆಗ ಅವರನ್ನು ಸಂಪರ್ಕಿಸುವುದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಪೀಡಿತ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಕೇವಲ ಒಂದೇ ಒಂದು ಫೋನ್ ಕರೆಯಿಂದ ಈ ಸದಸ್ಯರಲ್ಲಿ ಯಾರಾದರೊಬ್ಬರಿಗೆ ದೂರು ಕೊಡಬಹುದಾಗಿದೆ. ಆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಹೆಸರನ್ನು ಗೌಪ್ಯವಾಗಿಡಲಾಗುವುದು ಎಂಬ ಆಶ್ವಾಸನೆಯೂ ದೊರೆತಿದೆ.

★ ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಅಪರಾಧ ಸ್ಥಿರವಾದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಶಿಕ್ಷೆ ಆಗಲೇಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಆಗುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ನಂಬಿಕೆ ಈ ರಾಜ್ಯದವರಿಗಿಲ್ಲ. ಹದಿಹರಯದ ಹುಡುಗಿಯನ್ನು ಕರೆದೊಯ್ದು, ಬಲವಂತವಾಗಿ ಸಮೂಹ ಲೈಂಗಿಕ ಆಕ್ರಮಣ ಮಾಡಿ, ನಂತರ ಆಕೆಯನ್ನು ದಾರುಣವಾಗಿ ಕೊಂದ ಜ್ವಲಂತ ಉದಾಹರಣೆ ಶಿವಮೊಗ್ಗೆಯಲ್ಲಿ ನಡೆದದ್ದು ಇನ್ನೂ ನಮ್ಮ ನೆನಪಿನಲ್ಲಿದೆ. ಆದರೆ ಅಪರಾಧಿಗಳು ಹಣ ಹಾಗೂ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಇಡೀ ಪ್ರಕರಣವನ್ನೇ ಇಲ್ಲವಾಗಿಸಲು ನಡೆಸಿದ ಪ್ರಯತ್ನಗಳು ಈ ನಾಡಿನ ಕಾನೂನುಗಳ ಮೇಲೆ ಇರುವ ನಂಬಿಕೆಯನ್ನೇ ಹುಸಿಯಾಗಿಸುತ್ತದೆ.

ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಅಪರಾಧ ಸ್ಥಿರವಾದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ, ಅಂದಿನ ಡೈರೆಕ್ಟರ್ ಜನರಲ್ ಆಫ್ ಪೊಲೀಸ್ ಎ.ಪಿ.ದೊರೈಯವರು ಯಾವ ಯಾವ IPS ಸೆಕ್ಷನ್‌ಗಳ ಅನ್ವಯ ಕಾನೂನಿನ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂದು ಹೇಳಿರುವುದರ ಜೊತೆಗೆ,

೧. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಪಿ.ಯು.ಸಿ.ಯ ಅಂಕ ಪಟ್ಟಿಯ ಮೇಲೆ ಇವನು ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಅಪರಾಧಿ ಎಂಬ ಕರಿಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಒತ್ತಬೇಕು.

೨. ಐದು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಅವನಿಗೆ ಈ ದೇಶದ ಯಾವುದೇ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರವೇಶ ದೊರೆಯಬಾರದು.

೩. ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವಾಸಿಸುವ ಊರಿನ ಪೊಲೀಸ್ ಸ್ಟೇಷನ್ನಿಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟಿಸಿ, ಅವನಿಗೆ ಪಾಸ್‌ಪೋರ್ಟ್ ಮುಂತಾದ ನಾಗರೀಕ ಸವಲತ್ತುಗಳು ದೊರೆಯದಂತೆ ಕ್ರಮಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು.

೪. ೫ ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ, ಒಂದು ವೇಳೆ ಅವನು ಮತ್ತೆ ಕಾಲೇಜನ್ನು ಸೇರಿ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಪೂರ್ಣಮಾಡಿದರೂ, ಅವನ ಪದವಿ ಪತ್ರದ ಮೇಲೆ ಇವನು ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಅಪರಾಧಿ ಎಂಬ ಕರಿ ಮುದ್ರೆಯನ್ನು ಒತ್ತಲು ಮರೆಯಬಾರದು. ಇದರಿಂದ ಅವನು ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ ಮುಂದುವರೆಸಲಾರ, ಅಲ್ಲಿ ಕೆಲಸಕ್ಕೂ ಸೇರಲಾರ.

★ ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಅಪರಾಧ ಸ್ಥಿರವಾದ ಕಾಲೇಜಿನ ಪ್ರಿನ್ಸಿಪಾಲರನ್ನು, ವಾರ್ಡನ್‌ನನ್ನು ಮೊದಲು ಸಸ್ಪೆಂಡ್ ಮಾಡಿ ನಂತರ ಅವರ ಮೇಲೆ ಕಾನೂನಿನ ಕ್ರಮ ಕೈಗೊಳ್ಳಬೇಕು. ಆ ಕಾಲೇಜಿಗೆ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯವು ಮಾನ್ಯತೆಯನ್ನು ರದ್ದು ಮಾಡಬೇಕು. ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದ ಶಿಫಾರಸ್ಸನ್ನು MCI ಅನುಮೋದಿಸಬೇಕು.


ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ನೆಪದಲ್ಲಿ ನೀಡುತ್ತಿರುವ ದೈಹಿಕ ಹಿಂಸೆ

ಕಾಗದದ ಹುಲಿ :

ಇಷ್ಟೆಲ್ಲ ''ಉಗ್ರವಾದ'' ಶಿಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಅಪರಾಧಿಗಳಿಗೆ ನೀಡಬೇಕು ಎಂದು ಸರ್ಕಾರ ರಚಿಸಿದ ಕಾನೂನುಗಳ ಮುದ್ರಣದ ಇಂಕ್ ಒಣಗುವಷ್ಟರಲ್ಲಿಯೇ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಸರ್ಕಾರಿ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ವಿದ್ಯಾಲಯವಾದ ವಿಶ್ವೇಶ್ವರಯ್ಯ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜಿನಿಂದ ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ನಡೆದ ಬಿಸಿ ಬಿಸಿ ಸುದ್ದಿ ಹೊರಬೀಳಬೇಕೆ?

ಏಳು ಜನ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಇಬ್ಬರು ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಕಬ್ಬನ್ ಪಾರ್ಕನವರೆಗೂ ನಗ್ನವಾಗಿ ಓಡುವಂತೆ ಬಲವಂತ ಮಾಡಿದರಂತೆ! ಪೊಲೀಸರು ಇವರನ್ನು ಬಂಧಿಸಿದ್ದಾರೆಂದು ಸುದ್ದಿ! ಆನಂತರದ ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯೇ ಇಲ್ಲ.

ಸರ್ಕಾರ ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಮಾತ್ರ ಡೈರೆಕ್ಟರ್ ಆಫ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಎಜುಕೇಶನ್‌ರವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿದೆ. ಈ ಕಮಿಟಿಗೆ ಇಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜಿನಲ್ಲಿ ನಡೆದ ರ್ಯಾಗಿಂಗ್ ಪ್ರಕರಣವನ್ನು ತನಿಖೆ ಮಾಡಲು ಅಧಿಕಾರವಿದೆಯೇ ? ಇಲ್ಲವೆಂದಾದರೆ ಎಂಜಿನಿಯರಿಂಗ್ ಕಾಲೇಜುಗಳಿಗಾಗಿಯೇ ಮತ್ತೊಂದು ಸಮಿತಿ


ಹುಡುಗಾಟಕ್ಕಾಗಿ ರ್ಯಾಗಿಂಗ್‌ಗೆ ಇಳಿದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಲಿಂಗ್‌ಭೇದವಿಲ್ಲದೇ ಘಾದಕ ವ್ಯಸನಕ್ಕಂಟಿಕೊಂಡಿರುವುದು

ಯನ್ನು ರೂಪಿಸಬೇಕೆ ? ಇವೆಲ್ಲದರ ಬದಲು ರಾಜ್ಯದ ಎಲ್ಲ ಕಾಲೇಜುಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ, ಜಿಲ್ಲಾವಾರು ಸದಸ್ಯರನ್ನು ಒಳಗೊಂಡ ಒಂದು ಖಾಯಂ ಸಮಿತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಿದರೆ ಒಳಿತಲ್ಲವೆ?

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಸರ್ಕಾರದ ಉಗ್ರಕಾನೂನುಗಳು ನಿಜವಾದ ಹುಲಿಯೋ ಅಥವಾ ಕಾಗದದ ಹುಲಿಯೋ ಎಂಬುದನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಸೂಕ್ತ ಅವಕಾಶ ತಂತಾನೆ ಒದಗಿದೆ.

ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್‌ಗೆ ಕಾರಣಗಳು

ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ಮನೋವೃತ್ತಿಗ್ರೆ ಕಾರಣವೇನು ?

ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ನಿಖರವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಮುದ್ದು ಮಗುವಿನ ಕೆಂಪು ಕೆನ್ನೆಯನ್ನು ಚಿವುಟಬೇಕೆಂಬ ಆಸೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ , ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮೂಡುವುದು ಅತ್ಯಂತ ಸಹಜವಾದ ಮಾನವ ಸ್ವಭಾವವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ಕೆನ್ನೆ ಊದುವಂತೆ ಜಿಗುಟಿದರೆ....ಅದು ವಿಕೃತ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಎತ್ತಿ ತೋರಿಸುತ್ತದೆ.

ಮದುವೆಯಾಗಲಿರುವ ಓರಗೆಯವರನ್ನು ರೇಗಿಸುವುದು ಊಟಕ್ಕೆ ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿ ಇದ್ದ ಹಾಗೆ ಹಿತ ಮಿತವಾಗಿರಬೇಕು. ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿಯೇ ಊಟವಾಗಬಾರದು. ಅಲ್ಲವೆ?... ಈ ಸತ್ಯ ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ ಸಹ ಕೆಲವರು ಉಪ್ಪಿನಕಾಯಿಯೇ ತಮ್ಮ ಮೂರು ಹೊತ್ತಿನ ಊಟವಾಗ ಬೇಕೆಂದು ಏಕೆ ಬಯಸುತ್ತಾರೆ ?

ಇದಕ್ಕೆ ಬಹುಶಃ ಬೆಳೆದು ಬಂದ ಪರಿಸರ ಹಾಗೂ ಹೆತ್ತವರು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣವಾಗಿದ್ದಾರೆಂದು ನನ್ನ ಭಾವನೆ.

★ ನಮ್ಮ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿಯೇ ಹಿಂಸೆಯ ಬೀಜ ಅಡಗಿದೆ. ನಮ್ಮ ಪುರಾಣಗಳ ತಿರುಳು ಎಂದರೆ ದುಷ್ಟ ಶಿಕ್ಷಣ ಶಿಷ್ಟ ರಕ್ಷಣ. ರಾಕ್ಷಸರೆಲ್ಲ ಕೆಟ್ಟವರು ಅವರು ಪ್ರಜಾಪೀಡಕರು. ಋಷಿಗಳನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುತ್ತಿದ್ದರು, ಅವರನ್ನು ಕಂಡ ಕೂಡಲೆ ನರ ಮಾನವರಂತಿರಲಿ ದೇವತೆಗಳೂ ಸಹ ಹೆದರುತ್ತಿದ್ದರು.ಇತ್ಯಾದಿ ವರ್ಣನೆಗಳು ಹಿಂಸಾ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಕೆಲವರಲ್ಲಾದರೂ ಜಾಗೃತವಾಗಲು, ಅದರೆಡೆ ಒಲಿಯುವಂತೆ ಅವರನ್ನು ಪ್ರಚೋದಿಸಬಹುದು.

★ ತಂದೆಯಾದವನು ತಾಯಿಯನ್ನು ಹೊಡೆಯುವುದು, ತಾಯಿ ಅದನ್ನು ಮೌನವಾಗಿ ಸಹಿಸುವುದು ನಮ್ಮ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿನ ಒಂದು ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ದೃಶ್ಯ. ಅದರಲ್ಲೂ ಮದ್ಯಪಾನ ಮಾಡಿ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ಹಿಂಸಿಸುವಿಕೆ ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಆಳವಾದ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಪುರುಷನಾದವನು ತನ್ನ ಪೌರುಷ



ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್‌ಗೆ ಬಲಿಯಾದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ಹೆಣ್ಣಿನಂತೆ ಮೇಕಪ್ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗಿಯೂ ಬರಬಹುದಾದ ಪ್ರಸಂಗ

ವನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸಬಹುದು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಮಕ್ಕಳ ಮನದಲ್ಲಿ ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ.

★ SIBLING RIVALRY ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬರುವ ಒಂದುಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಕ್ರಿಯೆ. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬನೇ ಮಗ, ಮುದ್ದಿನ ಮಗ, ಆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅವನೇ ಅನಭಿಷಿಕ್ತ ರಾಜಕುಮಾರ. ಅವನಿಗೆ ಒಬ್ಬ ತಮ್ಮ ಅಥವಾ ಒಬ್ಬ ತಂಗಿ ಹುಟ್ಟಿದರೆ ಆಗ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ಸ್ಪರ್ಧೆ, ಹೊಟ್ಟೆಕಿಚ್ಚು, ದ್ವೇಷ ಹಾಗೂ ಹಿಂಸೆ. ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮಂದಿರನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಂತೆ ಮನೆಗೆ ಬರುವ ಎಲ್ಲರೂ ಹೊಸ ಮಗುವನ್ನು ಮುದ್ದಾಡುವವರೆ, ಹೊಗಳುವವರೆ, ಉಡುಗೊರೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುವವರೆ ಎಷ್ಟೋ ಸಲ ಬರುವವರು ಬೇಕೆಂದೇ ರೇಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ನಮಗೆ ಈ ಪಾಪಾನೆ ಇರಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿದೆ, ನೀನು ಬೇಡ ಹೋಗು ಎಂದು ತಮಾಷೆಗೆ ಚುಡಾಯಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಅದು ಎಳೆಯ ಮಗುವಿನ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ತೀವ್ರ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತದೆ. ಯಾರೂ ಇಲ್ಲದಾಗ ಬೇಕೆಂದೇ ಮಗುವನ್ನು ಜಿಗುಟಿ ಅಳಿಸುತ್ತದೆ, ತನಗೇನೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ ಎಂದು ಸುಳ್ಳು ಹೇಳುತ್ತದೆ.

ಹೆತ್ತವರು ತಮ್ಮ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಮನೋಭಾವ ಕಂಡುಬಂದಾಗ, ಕೂಡಲೇ ಎಚ್ಚೆತ್ತು ಅತ್ಯಗತ್ಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳದಿದ್ದರೆ ಆ ಮಗುವಿನ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಅಡ್ಡ ದಾರಿಯನ್ನು ಹಿಡಿಯಬಹುದು.

★ ಮಲತಾಯಿಯಂದಿರು ತೋರುವ ಪಕ್ಷಪಾತವೂ ಸಹ ಮಕ್ಕಳ ಮನೋಭಾವದ ಮೇಲೆ ಕೆಟ್ಟ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ. ಅನಗತ್ಯವಾಗಿ ತನ್ನನ್ನು ಶಿಕ್ಷಿಸುತ್ತಾಳಲ್ಲ ಮಲತಾಯಿ- ಎಂದು ಈ ಮಗು ನರಳಿದರೆ, ಆಕೆಯ ಸ್ವಂತ ಮಗು ಈ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಹಕ್ಕು ನನ್ನದೆ ನನ್ನ ಮಾತೇ ನಡೆಯುತ್ತದೆ, ಅವನು ನಮ್ಮ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಭಿಕಾರಿ ಎಂಬ ಸುಪೀರಿಯಾರಿಟಿ ಕಾಂಪ್ಲೆಕ್ಸ್ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇವೆರಡೂ ಒಳ್ಳೆಯದಲ್ಲ.

★ ಹೆತ್ತವರು ತಮ್ಮ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿಯೇ ಭೇದ ಭಾವದ ಬೀಜವನ್ನು ತಮಗರಿವಿಲ್ಲದಂತೆಯೇ ಬಿತ್ತುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ಮಗು ಓದಿನಲ್ಲಿ ಚುರುಕಾಗಿದ್ದು ಮತ್ತೊಂದು ಮಗು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಂದವಾಗಿದ್ದರೆ ಸಾಕು ಸದಾ ಆ ಮಂದ ಮಗುವನ್ನು ಹಳಿಯುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಬಂದವರ ಮುಂದೆಲ್ಲ ತೆಗಳುತ್ತಿರುತ್ತಾರೆ.

ಈ ಟೀಕೆ, ಬೈಯ್ಗಳು, ಛೀಮಾರಿ, ಅವಹೇಳನ, ಅವಮಾನ ಹಾಗೂ ಕೀಳರಿಮೆಗಳು ಅಪಾಯಕಾರೀ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರುತ್ತವೆ.

★ ಕೀಳರಿಮೆ-ಗಂಡಸನ್ನು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಕಾಡುವ ಒಂದು ಅವಸ್ಥೆ. ಯಾವ ಗಂಡಸೂ ತಾನು ಕೀಳರಿಮೆಯಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದೇನೆ ಎಂದು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ತನ್ನಲ್ಲಿ ಕೀಳರಿಮೆಯಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಪದೇ ಪದೇ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುತ್ತಾನೆ.

ಗಂಡಸರಲ್ಲಿ ''ಲೈಂಗಿಕ ಶಕ್ತಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಕೀಳರಿಮೆ ಹೊಂದಿರುವವರು ಪದೇ ಪದೇ ವೇಶ್ಯೆಯರ ಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ, ಅಂತಹವರು ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸುತ್ತಾರೆ '' ಎನ್ನುತ್ತದೆ ಮನೋವಿಜ್ಞಾನ.

ಹಾಗೆಯೇ ತನ್ನ ದುರ್ಬಲತೆಯನ್ನು ಮುಚ್ಚಿಡಲೆಂದೇ ಹೆಂಡತಿಯನ್ನು ಹಿಂಸಿಸುತ್ತಾನೆ ಗಂಡಸು.

ಹಾಗಾಗಿ ಕೀಳರಿಮೆಯಿಂದ ನರಳುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಹಿಂಸಾಪ್ರವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ.

★ ಹೆತ್ತವರು ಒಂದು ತಪ್ಪನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ತಾವು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಬೆಳೆದು ಬಂದೆವು, ತಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳು ಕಷ್ಟ ಪಡಬಾರದು, ಅವರ ಬೇಕು ಬೇಡಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಅವರು ಕೇಳದೆಯೇ ಪೂರೈಸಲು ಹೆಣಗಾಡುತ್ತೇವೆ ಎಂಬುದು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹುಸಿ ಭದ್ರತೆ ಮೂಡಿಸುತ್ತದೆ. ನಾನು ಕೇಳಿದುದನ್ನೆಲ್ಲ ನನ್ನಪ್ಪ ಕೊಡಿಸುತ್ತಾನೆ ಎಂಬ ಮನೋಭಾವ ಬೆಳೆದಕೂಡಲೆ ಬದುಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ಉಡಾಫೆಯ ಮನೋವೃತ್ತಿ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ.

ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಬೆಳೆಯುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಣ ಒದಗಿಸಿದರಾಯಿತು, ಅಲ್ಲಿಗೆ ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ ಮುಗಿಯಿತು ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪ್ರೀತಿ ಪ್ರೇಮಗಳೆಂಬ ಶಬ್ದಗಳ ಪರಿಚಯವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಇಂತಹವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಣವೇ ಸರ್ವಸ್ವ, ಹಣದಿಂದ ಏನನ್ನು ಬೇಕಾದರೂ ಪಡೆಯಬಹುದು, ಹಣದಿಂದ ಏನು ಬೇಕಾದರೂ ಮಾಡಿ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು ಎಂಬ ಮನೋಭಾವನೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ.

★ ಡೊನೇಶನ್ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವ ಖಾಸಗೀ ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿಯೇ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ವಿಕೃತ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಕಂಡು ಬರತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ೫ ಲಕ್ಷ ಕೊಟ್ಟು ಮೆಡಿಕಲ್ ಸೀಟನ್ನು ಕೊಂಡುಕೊಂಡಿರುವಾಗ ಒಬ್ಬ ಕೇವಲ ಮೆರಿಟ್ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ ಸೀಟನ್ನು ಪಡೆದಾಗ, ದುಡ್ಡು ತೆತ್ತವನಿಗೆ ಹೊಟ್ಟೆ ಉರಿಯುತ್ತದೆ, ಅನಗತ್ಯ ಸುಪೀರಿಯಾರಿಟಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಕಾರಣವಿಲ್ಲದ ನಿರ್ಲಕ್ಷ್ಯ ಅಸಡ್ಡೆಗಳನ್ನು ಮೆರಿಟ್ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯ ಬಗ್ಗೆ ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಇಂತಹವರನ್ನು ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ಮೂಲಕ ನೇರವಾಗಿ ಹಿಂಸಿಸುವುದು ಅವನಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಹಜವಾಗಿರುತ್ತದೆ.

★ ತೀರಾ ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನ ಪರಿಸರದಿಂದ ಬಂದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವೃತ್ತಿವಂತ ಕಾಲೇಜುಗಳ ಹಾಸ್ಟೆಲ್ಲನ್ನು ಸೇರಿದಾಗ, ಜೈಲಿನಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆ ಹೊಂದಿದವನಂತೆ, ಸ್ವಚ್ಛಂದತೆಯನ್ನು ಅತಿಯಾಗಿ ರೂಢಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ಇದರಲ್ಲಿಕೆಲವರಾದರೂ ಹಾದಿ ತಪ್ಪಬಹುದು.

★ ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಸಮೂಹಸನ್ನಿ. ರ್‍ಯಾಗಿಂಗನ್ನು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಬ್ಬೊಬ್ಬರೇ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇದು ಯಾವಾಗಲೂ ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿಯೇ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಗುಂಪಿನಲ್ಲಿ ಯಾರು ಯಾರನ್ನು ಹುರಿದುಂಬಿಸುತ್ತಾರೆ, ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಕಷ್ಟ. ಹಾಗಾಗಿ ಹಿಂಸಾ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಯಾವ ದಿಕ್ಕಿನಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ ? ಯಾವ ಪ್ರಮಾಣ ಖದಲ್ಲಿ ಸಾಗುತ್ತದೆ ? ಎಂಬುದನ್ನು ಹೇಳು ಖವುದು ಕಷ್ಟ. ಈ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೊಸ ಹುಡುಗರು ಹೇಳಿದಂತೆ ಕೇಳಿಬಿಟ್ಟರೆ ಅಂತಹ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅದೇ ಹುಡುಗನೇನಾದರೂ ಪ್ರತಿಭಟಿಸಿಬಿಟ್ಟರೆ... ಅದನ್ನು ಪ್ರತಿಷ್ಠೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆಯನ್ನಾಗಿ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತೆಗೆದುಕೊಂಡುಬಿಡುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಏನಾಗುತ್ತದೆಯೋ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

★ ಕಿರುತೆರೆ ಹಾಗೂ ಹಿರಿಯತೆರೆಯ ಮೇಲೆ ಪ್ರದರ್ಶಿತವಾಗುವ ಅತಿ ಹಿಂಸೆ ಮತ್ತು ಲೈಂಗಿಕತೆ, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕೃತ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ಮನೋಭಾವವನ್ನು ಉದ್ದೀಪಿಸಲು ಎಷ್ಟರಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಯಾರಾದರೂ ಒಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಸಮಾಜ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಹಾಗೂ ಮನಃಶಾಸ್ತ್ರ ತಜ್ಞರು ಗಮನವನ್ನು ಹರಿಸಬೇಕು.

ಹೀಗೆ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕೃತ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಅಧಿಕವಾಗಲು ನಾನಾ ಕಾರಣಗಳಿರಬಹುದು.

ಪರಿಹಾರ :

★ ವಿದಾರ್ಥಿ ಸಮುದಾಯದಲ್ಲಿ ವಿಕೃತ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಇದೆ ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ.

★ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗನ್ನು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಷೇಧಿಸಬೇಕು ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿಲ್ಲ. ಮುದ್ದು ಮಕ್ಕಳ ಕೆನ್ನೆ ಚಿವುಟದಂತೆ, ಓರಗೆಯವರನ್ನು ಚುಡಾಯಿಸದಂತೆ, ಗಿಡದಲ್ಲಿ ಅರಳಿದ ಹೂವಿನ ಚೆಲುವನ್ನು ಕಂಡು ಆನಂದಿಸದಂತೆ ತಡೆಯುವುದು ಸಾಧ್ಯವೂ ಅಲ್ಲ, ಸಾಧುವೂ ಅಲ್ಲ, ಆದರೆ ಕೆನ್ನೆಯಿಂದ ರಕ್ತ ಚಿಮ್ಮುವಂತೆ ಮಾಡಿದರೆ, ಓರಗೆಯವರಿಗೆ ಮದುವೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಜಿಗುಪ್ಸೆ ಬರುವಂತೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅಥವಾ ಹೂವನ್ನು ಕಿತ್ತು ಹೊಸಕಿಹಾಕಿದರೆ, ಅದು ಖಂಡಿತ ತಪ್ಪು.

★ ಕೇವಲ ಕಾನೂನು ರೂಪಿಸುವುದರಿಂದಲೇ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಕಾನೂನು ರಚಿಸುವುದರಿಂದ ಅಪರಾಧಗಳನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದಾಗಿದ್ದರೆ ಈ ಜಗತ್ತು ಹೀಗಿರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ.

ಈ ಮೂರು ಅಂಶಗಳ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ತಡೆಗಟ್ಟುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ವಿಚಾರ ಮಾಡಬೇಕಿದೆ.

೧. ಸ್ವಾಗತ ಸಂಜೆ :

ಹೊಸ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಾಲೇಜನ್ನು ಸೇರಿದ ಮೇಲೆ, ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪ್ರಾಂಶುಪಾಲರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಂಜೆ ಚಹ ಕೂಟವನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಬೇಕು. ಇಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳನ್ನು ಬೌದ್ಧಿಕ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ನಡೆಸಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ...ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೂ ಒಂದು ಅವಕಾಶವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಸಿಹಿಯನ್ನು ಸವಿದು ಸುಮಧುರ ಸಂಜೆಯನ್ನು ಮುಕ್ತಾಯ ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ಸಂಜೆಯ ನಂತರ ಮತ್ತೆ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ನಡೆಯಲೇಬಾರದು.

ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ಬೇಕು ಇದರಿಂದ ಅನೇಕ ಲಾಭಗಳಿವೆ.

★ ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಪರಿಚಯವಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಕಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಹುದುಗಿರುವ ಸುಪ್ತ ಪ್ರತಿಭೆ ಹೊರಬರಲು ಅವಕಾಶವಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಕಬ್ಬಿಣದ ಕಡಲೆಯಾದ ವೈದ್ಯಕೀಯವನ್ನು ಹೇಗೆ ಹುರಿದು ಮುಕ್ಕಬಹುದೆಂಬ ಕಿವಿ ಮಾತುಗಳನ್ನು ಹಿರಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಂದ ತಿಳಿಯಲು ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

★ ಅದುವರೆಗೂ (ಪಿ.ಯು.ಸಿ.) ರಕ್ಷಣಾತ್ಮಕ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದುಬಂದಿರುವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ಪ್ರಥಮ ಬಾರಿಗೆ ವಾಸ್ತವ ಜಗತ್ತಿನ ಕಟುಸತ್ಯವನ್ನು ಎದುರಿಸಲು ಸಂದರ್ಭ ಮೂಡುತ್ತದೆ.

೨. ಬಿತ್ತಿದಂತೆ ಬೆಳೆ :

ಮಕ್ಕಳ ಮನಸ್ಸನ್ನು, ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯನ್ನು, ವಿಚಾರಧಾರೆಯನ್ನು ಹಾಗೂ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವಲ್ಲಿ ತಂದೆ ತಾಯಿಯರ ಪಾತ್ರ ಹಿರಿದು. ಇದನ್ನು ಅವರು ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ನಿಭಾಯಿಸಬೇಕು. ಇವರ ಈ ಜವಾಬ್ದಾರಿಯನ್ನು ಇತರರು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ, ನಿರ್ವಹಿಸಲೂ ಬಾರದು. ಹಾಗಾಗಿ ವಿಕೃತ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವಲ್ಲಿ ಹೆತ್ತವರ ಪಾಲು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ.

೩. ಶಿಕ್ಷಣ :

ವಿಕೃತ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್ ರೋಧಕ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸುವಲ್ಲಿ ಶಿಕ್ಷಣವು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವಹಿಸಬೇಕು. ಟಿ.ವಿ, ಹಾಡು ಚಲನಚಿತ್ರಗಳು ಹಿಂಸೆಯನ್ನು ವೈಭವೀಕರಿಸುವುದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಬೇಕು.

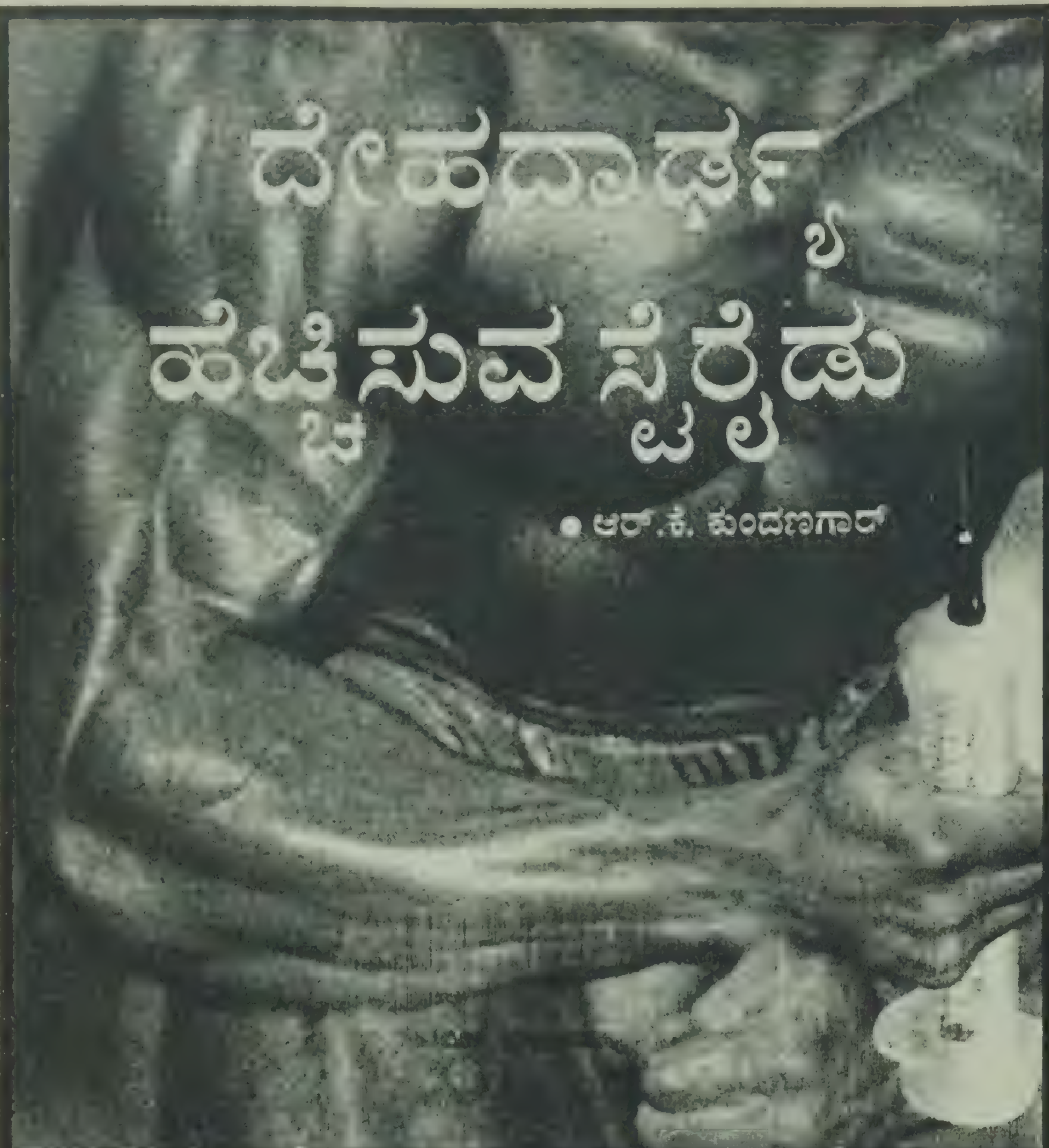
೪. ಸಲಹೆ

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿರುವ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಸಕಾಲದಲ್ಲಿಸೂಕ್ತ ಸಲಹೆಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದರ ಮೂಲಕ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅತ್ತೆಯ ಮೇಲಿನ ಕೋಪವನ್ನು ಕೊತ್ತಿ ಮೇಲೆ ಬಿಡುವಂತಹ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ಆರಂಭವಾಗಬಹುದು.

೫. ದಂಡ :

''ದಂಡಂ ದಶಗುಣಂ ಭವೇತ್ !'' ವಿಕೃತ ರ್‍ಯಾಗಿಂಗ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವವರನ್ನು ಉಗ್ರವಾಗಿ ಶಿಕ್ಷಿಸುವ ಕಾನೂನುಗಳು ಖಂಡಿತ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬರಲೇಬೇಕು. ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಮಾವಿನ ಕಾಯಿ ಉದುರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲವೆ ?

ಈ ಬಗ್ಗೆ ನಾವೆಲ್ಲ ಚಿಂತಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.



ದೇಹದಾರ್ಢ್ಯ ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಸ್ಟೆರೈಡು

● ಆರ್.ಕೆ. ಕುಂದಣಗಾರ್

ಶರೀರ ದಷ್ಟಪುಷ್ಟವಾಗಿ, ಸ್ನಾಯುಭರಿತವಾಗಿ, ಸುಂದರವಾಗಿ, ಶಕ್ತಿಸೂಚಕವಾಗಿ ಕಾಣಬೇಕೆಂದು ಎಲ್ಲರೂ ಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಅದು ಅಸಾಧ್ಯದ ಮಾತು. ಕೆಲವರು ಎಷ್ಟೇ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿದರೂ, ಎಷ್ಟೇ ಶಾರೀರಿಕ ತಾಲೀಮು ಮಾಡಿದರೂ ಅಷ್ಟಕ್ಕಷ್ಟೇ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲೆಡೆ ದೊರೆಯಬಹುದಾದ, ಅನೇಕ ದಿನಗಳಿಂದ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ಮದ್ದು- ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಎಂದು ಅದರ ಹೆಸರು ಯಾವ ತಾಲೀಮು ಇಲ್ಲದೆಯೂ ನಿಮ್ಮನ್ನು ದಷ್ಟಪುಷ್ಟವಾಗಿ ಕಾಣುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಒಲಿಂಪಿಕ್‌ಗಳಂತಹ ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಟ್ಟದ ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಾಗಲಿ, ಅಂಗ ಪ್ರದರ್ಶನದ 'ಶ್ರೀಮಾನ್ ವಿಶ್ವ' (Mr. Universe) ದಂತಹ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಾಗಲಿ ಪಾಲುಗೊಳ್ಳುವ ಸ್ಪರ್ಧಾಳುಗಳು ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವಿಸಿರುತ್ತಾರೆ ಎಂದು ಅವರೇ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡಿದ್ದಾರೆ. ಬ್ರಿಟನ್ನಿನ ಒಲಿಂಪಿಕ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಸೆಂಟರ್‌ನ ನಿರ್ದೇಶಕರಾದ ಡಾ|| ಮಾರ್ಕ್ ಹ್ಯಾರೀಸ್ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಸ್ಟೆರೈಡ್‌ನಂತಹ ಅಂಗಸೌಷ್ಟವ ವರ್ಧಕಗಳ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ಯಾವ ಸ್ಪರ್ಧಾಳೂ ದೈತ್ಯರೂಪ ವನ್ನು ತಾಳಲಾರ. ಇವುಗಳು ಸರ್ವವ್ಯಾಪಿ ಯಾಗಿವೆ.

ಮಾರ್ಕ್ ಪಿಯರ್‌ಸನ್ ಎಂಬಾತ ಅಂಗ

ಮೂತ್ರವರ್ಧಕ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಒಬ್ಬ ಅಥ್ಲೀಟ್‌ನ ಮೂತ್ರವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಏನೂ ಪತ್ತೆ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆತ 'ಗರ್ಭಿಣಿ' ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಯಿತು ! ಆತ ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯ ಮೂತ್ರವನ್ನು ನೀಡಿದ್ದೇ ಮೇಲಿನ ಅವಾಂತರಕ್ಕೆ ಕಾರಣ.

ಕ್ರೀಡಾತಾರೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುವ ವಸ್ತುಗಳು

ಕೋಶಾಭಿವೃದ್ಧಿಶೀಲ ಸ್ಟೆರೈಡ್‌ಗಳು :

ಪುರುಷ ಹಾರ್ಮೋನ್ ಟೆಸ್ಟೋಸ್ಟೆರೋನ್‌ನಿಂದ ಪಡೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಉದಾ: ಮಿಥೆನೋಲೋನ್ ಮತ್ತು ಆಕ್ಸಾಂಡ್ರೊಲೋನ್.

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಬಳಕೆ: ಅಸ್ತಮಾ (ಉಬ್ಬಸ), ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಿಕೆಗಳ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಮತ್ತು ದುರ್ಬಲ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಪುನಶ್ಚೇತನಕ್ಕಾಗಿ ಬಳಕೆ. ಪುರುಷರಿಗಾಗಿ ಗರ್ಭನಿರೋಧಕವಾಗಿ ಬಳಸಲು ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಗಳು ನಡೆದಿದೆ.

ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಕೆ : ಶರೀರದಲ್ಲಿ ನೈಟ್ರೋಜನ್ ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಮತ್ತು ಅದರಿಂದಾಗಿ ಮಾಂಸಸರಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುವುದು. ಬಳಲಿದ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳನ್ನು ಚೇತರಿಸಿ ಕಾರ್ಯಶಕ್ತಿ ಮತ್ತು ಶ್ರಮಧಾರಣ ಶಕ್ತಿ ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದು.

EPO

ಇದೊಂದು ಮೂತ್ರಪಿಂಡದಲ್ಲಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಹಾರ್ಮೋನ್ (ನಿರ್ನಾಳಗ್ರಂಥಿ ರಸ). ಜೈವಿಕ ತಂತ್ರಗಾರಿಕೆಯಿಂದಲೂ ಅಭಿವೃದ್ಧಿಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಬಳಕೆ : ಇದು ಆಮ್ಲಜನಕ ಉತ್ಪಾದಕ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರಿಂದ ಏಯ್ಡ್ಸ್ ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ರೋಗಿಗಳು ಅನುಭವಿಸುವ ರಕ್ತಹೀನತೆಯ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಾಗಿ ಬಳಕೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಕೆ : ದೇಹವು ಹೆಚ್ಚಿನ ಶ್ರಮವನ್ನು ತಾಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ. ಇದರ ತಾಳಿಕೆ ಶಕ್ತಿಯ ಪರಿಣಾಮವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸೈಕಲ್ ಸವಾರರಲ್ಲಿ ಇದು ಜನಪ್ರಿಯ. ಆದರೆ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುವಂತೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಉಂಟಾಗಿ ಹಲವರು ಪ್ರಾಣ ಕಳೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ.

ದೇಹ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಹಾರ್ಮೋನ್

ಸತ್ತವರ ಪಿಟ್ಯುಟರಿ ಗ್ರಂಥಿಯಿಂದ ಇದನ್ನು ಪಡೆಯಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚೆಗೆ ಕೃತಕವಾಗಿ ಜೀವತಂತ್ರಜ್ಞಾನದಿಂದ ತಯಾರಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

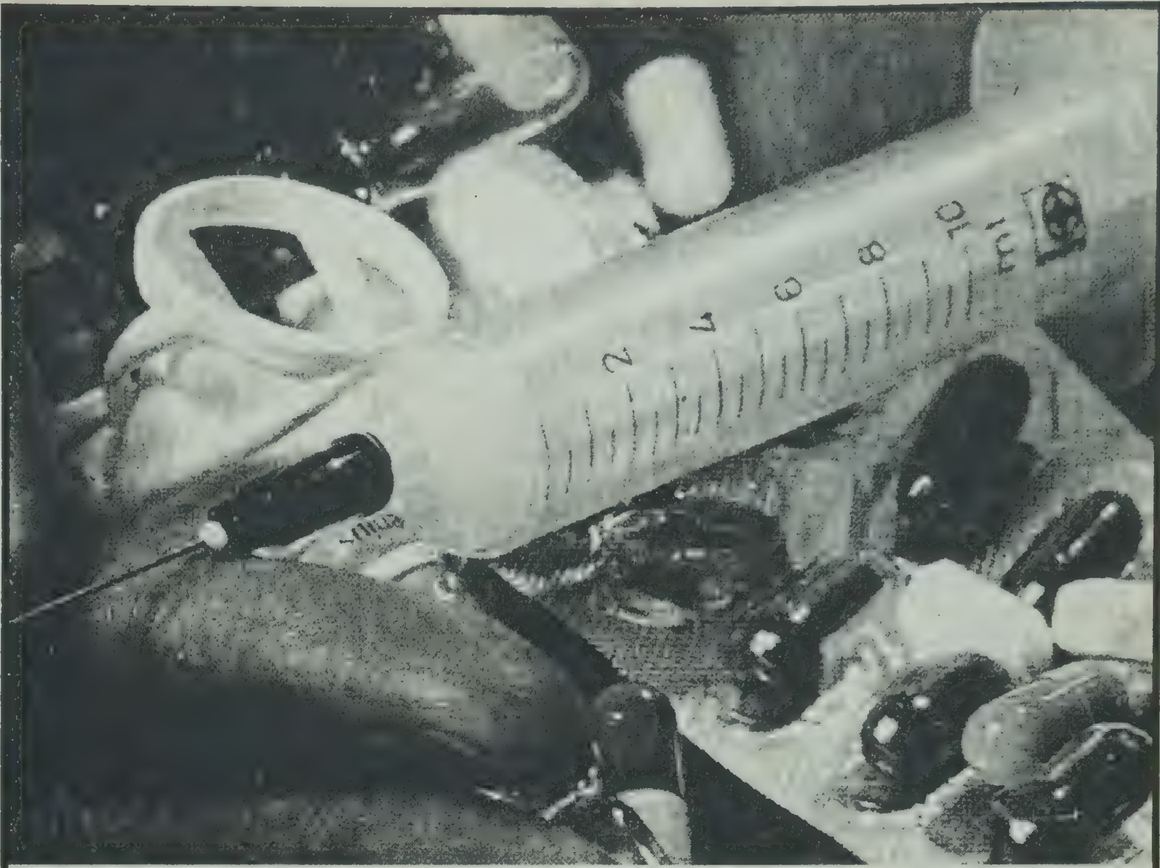
ವೈದ್ಯಕೀಯ ಬಳಕೆ : ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿನ ಉತ್ಕಟ ಕುಂಠಿತ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸಲು ಬಳಸಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಳಕೆ : ಶೀಘ್ರಗತಿಯ ಮಾಂಸಖಂಡಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಾಗಿ ಬಳಕೆ. ಬೆಲೆಬಾಳುವ, ಅಪರೂಪದ ಮತ್ತು ಸುಲಭವಾಗಿ ತಪಾಸಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರದ ವಸ್ತು ಇದಾಗಿದೆ. ರೋಗಗ್ರಸ್ತ ಪಿಟ್ಯುಟರಿಗ್ರಂಥಿಗಳಿಂದ ಇದನ್ನು ಪಡೆದಿದ್ದರೆ ಸೇವಿಸುವಾತನಿಗೂ ರೋಗ ತಗಲುತ್ತದೆ.

ಸೌಷ್ಠವ ಪ್ರದರ್ಶನ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಕಡೆ ಚಾಂಪಿಯನ್ ಆದ ಗುಟ್ಟನ್ನು ವರದಿ ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ತನ್ನ ೧೫ನೆಯ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಸೊಣಕಲಾಗಿದ್ದ ಈತ ಅಂಗತಾಲೀಮು ಶಾಲೆಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಕಷ್ಟು ತಾಲೀಮು ಮಾಡಿದರೂ ಅಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿನ ಸುಧಾರಣೆ ಕಂಡು ಬಂದಿತು. ಆತನ ಒಬ್ಬ ಸಹತಾಲೀಮುಗಾರನು ಒಂದು ದಿನ ಆತನಿಗೆ ವರ್ಧಕ ಸ್ಟೆರೈಡ್ (Anabalic steroid) ಬಗೆಗೆ ಸೂಚಿಸಿದ. ಅದನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಆತ ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವನೆ ಆರಂಭಿಸಿದ. ಕೆಲವೇ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆತನ ತೂಕ ಮಿತಿಮೀರಿ ಬೆಳೆಯಿತು. ಆತನ ಶರೀರದ ಮೇಲಿನ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಎದ್ದುಕಾಣಲು ಆರಂಭಿಸಿದವು. ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಶರೀರದ ಮೇಲೆಲ್ಲ ಹರಡಿಕೊಂಡಿದ್ದು ಕಾಣತೊಡಗಿದವು. ಆತನಲ್ಲಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದಿದ ಚೇತನ ಮತ್ತು ದಾರ್ಢ್ಯ ಕಂಡಿತು. ಮುಂದೆ ಆತ ಅಂಗಪ್ರದರ್ಶನ ಸ್ಪರ್ಧೆಗಳಲ್ಲಿ ಚಾಂಪಿಯನ್ ಆದ. ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವಿಸದಿದ್ದರೆ ಇದು ಅಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿತ್ತು ಎಂದು ಆತನೇ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ.

ಒಮ್ಮೆ 'ಶ್ರೀಮಾನ್ ವಿಶ್ವ'ನಾಗಿದ್ದ ಆರ್ನೊಲ್ಡ್ ಶಿವಾರ್‌ಜೆನೆಗರ್ ಎಂಬಾತ ಕೂಡ ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವಿಸಿ ಅಂಗಸೌಷ್ಠವ ಬೆಳೆಸಿಕೊಂಡಿದ್ದನ್ನು ಒಪ್ಪಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಾನೆ. ೧೯೮೮ರಲ್ಲಿ ಕೆನಡಾದ ಬೆನ್ ಜಾನ್‌ಸನ್ ವಿಶ್ವದ ವೇಗದ ಓಟಗಾರನಾಗಿ ಒಲಿಂಪಿಕ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಗೆದ್ದಾಗ ಆತನಿಗೆ ಆ ಪಟ್ಟವನ್ನು ನಿರಾಕರಿಸಿದ್ದೇ ಅಲ್ಲದೆ ಐದು ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಆತನನ್ನು ಸ್ಪರ್ಧೆಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸದಂತೆ ಬಹಿಷ್ಕರಿಸಲಾಯಿತು. ಏಕೆಂದರೆ ಆತ ಆಗ ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವಿಸಿದ್ದು ಪತ್ತೆಯಾಯಿತು.

ಕೋಶವರ್ಧಕ ಸ್ಟೆರೈಡ್‌ಗಳು ನಿಸರ್ಗದಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ದೊರೆಯುತ್ತವೆ. ಟೆಸ್ಟೊಸ್ಟೆರೋನ್ ಹಾರ್ಮೋನ್‌ನಿಂದ ಕೃತಕವಾಗಿ ಸಂಶ್ಲೇಷಿಸಿಯೂ ಇದನ್ನು ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಪುರುಷನ ವೃಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುವ ಈ ನಿರ್ನಾಳಗ್ರಂಥಿ ರಸವು ಪುರುಷಲಕ್ಷಣಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಕಾರಣೀಭೂತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. (ಮೀಸೆ ಇತರ ಲೈಂಗಿಕ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ). ದೈಹಿಕ ಚಟುವಟಿಕೆಯ ಎಲ್ಲಾ ರೀತಿಯ ಕ್ರೀಡಾಳುಗಳು ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವಿಸುತ್ತಾರೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲರಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕ ಶಕ್ತಿ, ದೈಹಿಕ ದಾರ್ಢ್ಯ ಮತ್ತು ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಆಯಾಸಗೊಂಡ ಸ್ನಾಯುಗಳಿಗೆ ಈ ಮದ್ದುಗಳು ಶೀಘ್ರವಾಗಿ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ನೀಡುವುದರಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಮತ್ತೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ದಾರ್ಢ್ಯದಿಂದ ತಾಲೀಮು ಮಾಡಲು ತಯಾರಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆತನು ಪುಷ್ಟ ಪ್ರೋಟೀನ್‌ಯುಕ್ತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆ ಮಾಡಿದರೆ ಆತನ ಸ್ನಾಯುಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಪುಷ್ಟಿ ದೊರೆಯುತ್ತದೆ.



ದೇಹ ಮನಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತ ಗೊಳಿಸುವ ರೀತಿ

ಸಾಮಾನ್ಯ : ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಮತ್ತು ಪಿತ್ತ ಕೋಶಗಳ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆ, ತೀವ್ರ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡ, ಮೊಡವೆಗಳು, ಹೃದಯ ಸ್ನಾಯುಗಳು ನಶಿಸುವುದು, ಆಕ್ರಮಣಶೀಲತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗುವುದು, ತಾತ್ಕಾಲಿಕವಾಗಿ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಗಲಿಬಿಲಿಗೊಳ್ಳುವುದು, ಖಿನ್ನತೆ, ಮತಿಭ್ರಾಂತಿ (Paranoia), ನಿದ್ರಾ ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತತೆ, ಗುದದ್ವಾರದ ರಕ್ತಸ್ರಾವ, ತೀವ್ರ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ವಾಂತಿ, ತರುಣರಲ್ಲಿ ಕುಂಠಿತ ಶರೀರ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಚುಚ್ಚುಮದ್ದಿನ ಸೂಜಿಯನ್ನು ಹಂಚಿಕೊಂಡಿದ್ದರೆ ಎಚ್.ಐ.ವಿ. / ಏಯ್ಡ್ಸ್ ತಗುಲುವಿಕೆಯ ಗಂಡಾಂತರ.

ಪುರುಷರು : ಸ್ತನಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ (ಹೀಗಾಗಲು ಕಾರಣವೆಂದರೆ ಶರೀರವು ಅಧಿಕ ಪ್ರಮಾಣದ ಟೆಸ್ಟೊಸ್ಟರೋನ್ ಪುರುಷ ಹಾರ್ಮೋನನ್ನು ಎಸ್ಟ್ರೊಜನ್ ಸ್ತ್ರೀ ಹಾರ್ಮೋನಿಗೆ ಪರಿವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ) ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ವೃಷಣ ಬೀಜಗಳ ಕುಗ್ಗುವಿಕೆ, ಮುಖ ರೋಮಗಳ ನಾಶ, ಸಂತಾನಶಕ್ತಿಹರಣ, ಪ್ರಥಮವಾಗಿ ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ತೀವ್ರ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆ ತೋರಿಸಿದರೂ ಕಾಲಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಷಂಡತನ ತೋರುವುದು.

ಸ್ತ್ರೀಯರು : ಹೆಚ್ಚಿನ ಲೈಂಗಿಕ ಆಸೆ, ಜನನೇಂದ್ರಿಯ ಭಗಾಂಕುರ (Clitoris) ಭಾಗದ ಗಾತ್ರಾಭಿವೃದ್ಧಿ, ಮುಖದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ರೋಮಗಳ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ, ಸ್ತನಗಳ ಗಾತ್ರ ಕುಗ್ಗುವಿಕೆ, ಮಾತಿನ ಗಡಸುತನ, ಪುರುಷ ರೀತಿಯ ಬಕ್ಕತಲೆ, ಋತುಮತಿಯಾಗುವುದು ನಿಲ್ಲುವಿಕೆ ಅಥವಾ ಕ್ರಮಬದ್ಧತೆಯಲ್ಲಿ ಅಸ್ತವ್ಯಸ್ತತೆ.

ಅನಿಷ್ಟ ಪರಿಣಾಮಗಳು

ಸ್ಟೆರೈಡ್‌ಗಳು ಹಿತಕರಕ್ಕಿಂತ ಅಹಿತಕರ ಪರಿಣಾಮಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಬೀರುವುದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವಕರು ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಆಕ್ರಮಣಶೀಲರೂ, ಶೂರರೂ ಆದಂತೆ ಕಂಡರೂ ಕ್ರಮೇಣ ಅವರು ನಿಸತ್ವರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಲೈಂಗಿಕವಾಗಿ ಅತೀ ಆಕ್ರಮಣಶೀಲತೆ ತೋರಿ ಮುಂದೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಪುಂಸಕರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿದ ಶೆರಿ ಲ್ಯಾಬರ್ಟ್ ಎಂಬಾಕೆ ''ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಅಪಬಳಕೆದಾರರ ಪತ್ನಿಯರ ಸಂಘ''ವನ್ನು (Steroid Abusers Wives Association) ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡಿದ್ದಾಳೆ.

ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಬಳಸಿದ ಜಾನ್‌ಸ್ಪೀಡ್ ಎಂಬಾತ ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಅತ್ಯಾಚಾರ ಎಸಗಿದ್ದ. ಜೇಮ್ಸ್ ಮ್ಯಾಥರ್ ಎಂಬಾತ ತನ್ನ ತಾಯಿಯನ್ನು ೩೮ ಬಾರಿ ಇರಿದಿದ್ದನಂತೆ. ಕ್ರಿಸ್ಟೊಫರ್ ಸ್ನಾರ್‌ಸ್ಕಿ ಎಂಬಾತ ತನ್ನ ಮಗಳನ್ನು ಕೊಲೆ ಮಾಡಿದ್ದನಂತೆ.

ಯೋಚನೆಯ ಗಲಿಬಿಲಿ, ಖಿನ್ನತೆ, ನಿದ್ರಾಹೀನತೆ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದ ಕ್ರಿಯಾಹೀನತೆ ಇತ್ಯಾದಿ ಇನ್ನೂ ಹಲವಾರು ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವಕರು ಎದುರಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಇಂತಹ ಅನೇಕ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಕ್ರೀಡೆಗಳಲ್ಲಿ ನಿಷೇಧಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸೇವನೆ ತಪಾಸಣೆಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುವ ಮಾರ್ಗಗಳು

ನಿಷೇಧವಿದ್ದಾಗ್ಯೂ ಹಲವರು ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವಿಸಿ ತಪಾಸಣೆಯಿಂದ ಪಾರಾಗುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕೆ ನಾನಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಸ್ಟೆರೈಡ್ ತಪಾಸಣೆಗಾಗಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮೂತ್ರಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ತಪಾಸಣೆಯಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವರು ತಮ್ಮದಲ್ಲದ ಮೂತ್ರವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಬೆಲ್ಜಿಯಂನ ಸೈಕಲ್ ಸ್ಪರ್ಧಾಳು ಒಬ್ಬ ತನ್ನ ಕಂಕುಳಲ್ಲಿ ಬೇರೊಂದು ಮೂತ್ರದ ರಬ್ಬರ್ ಚೀಲವನ್ನಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದು ನಾಳವನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ನಾಳದ ಇನ್ನೊಂದು ತುದಿ ಒಳಚಡ್ಡಿಯವರೆಗೂ ಬರುವ ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದ್ದ. ಅದು ಪತ್ತೆಯಾಗಿ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಿಂದ ಆತನನ್ನು ನಿಷೇಧಿಸಲಾಯಿತು.

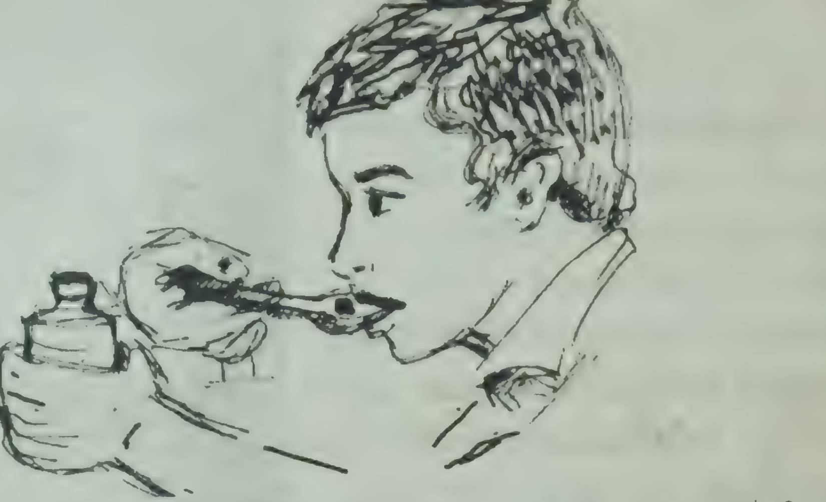
ಸ್ತ್ರೀಯರು ತಮ್ಮ ಯೋನಿಯಲ್ಲಿ ಶುದ್ದ ಮೂತ್ರವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ತಪಾಸಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಮಾದರಿಯಾಗಿ ಹೊರಹಾಕಿ ಬಾಟಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ. ಕೆಲವು ಪುರುಷರು ಬಾಹ್ಯ ನಾಳದಿಂದ ತಮ್ಮ ಮೂತ್ರಪಿಂಡದಲ್ಲೇ ಬೇರೊಂದು ಮೂತ್ರದ ಮಾದರಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿಡುತ್ತಿದ್ದರಂತೆ.

ಕೆಲವರು ಮೂತ್ರವರ್ಧಕ ಔಷಧಿಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಬ್ಬಾತ ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯ ಮೂತ್ರವನ್ನು ಬಳಸಿದ. ಪರೀಕ್ಷೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಏನೂ ಪತ್ತೆ ಆಗಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಆತ 'ಗರ್ಭಿಣಿ' ಎಂದು ಗೊತ್ತಾಯಿತು!

ಇನ್ನು ಕೆಲವರು ಸ್ಟೆರೈಡ್‌ನಂತೆಯೇ ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಬಲ್ಲ ಆದರೆ ತಪಾಸಣೆಯಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಲಾರದ ಇತರ ಮದ್ದುಗಳನ್ನು ಬಳಸುತ್ತಾರೆ. ದನಕರುಗಳನ್ನು ದಷ್ಟಪುಷ್ಟಗೊಳಿಸುವ IGF-1 ಎಂಬ ವಸ್ತು ಇಂಥವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು. ಇದೊಂದು ಕೃತಕವಾಗಿ ಸಂಶ್ಲೇಷಿಸಿದ ಹಾರ್ಮೋನ್. ಇದನ್ನು ಮೊದಲು ವೈದ್ಯಕೀಯವಾಗಿ ಶರೀರ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ IGF-1 ಕೂಡ ಶರೀರದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತದೆ ಎಂದು ಕಂಡುಬಂದಿದೆ. ಇದು ಮೂತ್ರಪಿಂಡ, ಪಿತ್ತಜನಕಾಂಗ ಇತ್ಯಾದಿ ಎಲ್ಲಾ ಅಂಗಾಂಗಗಳ ಸ್ನಾಯು ನರಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ಉತ್ತೇಜಿಸುತ್ತದೆ. ದೀರ್ಘಾವಧಿ ಬಳಕೆಯ ನಂತರ ಕಂಡು ಬಂದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳೆಂದರೆ ಮುಖದ ನರಗಳ ನಿಷ್ಕ್ರಿಯತೆ ಅಥವಾ ಲಕ್ವ, ಚರ್ಮ ದಪ್ಪದಾಗುವುದು, ದವಡೆ, ಕೈ, ಪಾದಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯಕ್ಕಿಂತ ದೊಡ್ಡದಾಗುವುದು.

ಸ್ಟೆರೈಡ್ ನಿಷೇಧ ಕಾನೂನು ಕಟ್ಟುನಿಟ್ಟಿನದಾಗಿದೆ. ಅದರ ವೈದ್ಯಕೀಯ ತಪಾಸಣೆ ಕೂಡ ಕೂಲಂಕುಷವಾಗಿದೆ. ಆದಾಗ್ಯೂ ಸ್ಪರ್ಧೆಗೆಲುವು ತರಬಹುದಾದ ಖ್ಯಾತಿ, ಹಣಗಳ ಮೋಹಕ್ಕೊಳಗಾದ ಕ್ರೀಡಾಪಟುಗಳು ಸ್ಟೆರೈಡ್ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲೂ ಮುಂದುವರೆಸುವ ಸಂಭವವೇ ಹೆಚ್ಚು. ಬಹುಶಃ ಅವರು ತಪಾಸಣೆಯ ದಿನಕ್ಕಿಂತ ಹಲವು ದಿನಗಳ ಪೂರ್ವದಲ್ಲೇ ಸೇವನೆ ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಡಬಹುದು. ಆಗ ತಪಾಸಣೆಯ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅದರ ಅಂಶ ನಾಶವಾಗಿರಬಹುದು.

ಕೆಮ್ಮಿನ ಔಷಧಿ ಅತಿಯಾದರೆ ವಿಷವಾದೀತು ಎಚ್ಚರ!



ಕೆಮ್ಮು ಕಾಣಿಸಿದಾಗ ಔಷಧಿ ಬೇಕೆ ಬೇಕು. ಆದರೆ ಔಷಧಿ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯ ಮೇಲೆಗೆ ಮಿತಿ ಯಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೆ ಪ್ರಯೋಜನವಾದೀತು. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಜನರಲ್ಲಿ ಕೆಮ್ಮು ಕಾಣಿಸಿದಾಗ ಔಷಧಿ (ಸಿರಪ್) ಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿ ಮಿತವಾಗಿ ಬಳಸದೇ ಅದನ್ನೇ ಒಂದು ದುರಾಭ್ಯಾಸವನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿರುವುದು ಕಾಣುತ್ತಿದೆ.

ಅನೇಕ ಕೆಮ್ಮಿನ ಔಷಧಿಗಳಲ್ಲಿ (ಸಿರಪ್) ''ಹೆರಾಯಿನ್'' ಅಥವಾ ಹೆರಾಯಿನದಂತಹ ಅನೇಕ ಔಷಧ ಮದ್ಯಾರ್ಕಗಳು ಇರುವುದರಿಂದ ಇವುಗಳ ಅತೀ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸು ನೈಜವನ್ನು ಮರೆತು ಮತ್ತಿನ ಅಮಲಿನ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವುದು. ಅಂದರೆ ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳ ಸೇವನೆ ಯಿಂದ ಉಂಟಾಗುವ ಪರಿಣಾಮವೇ ಈ ಕೆಮ್ಮಿನ ಔಷಧಿಗಳಿಂದಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಮಾದಕ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸಿಗುವ ಏನೋ ಒಂದು ವಿಧವಾದ ಮಜಾ, ಅತೀ ಔಷಧ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಸಿಗುವುದರಿಂದಲೇ ಅನೇಕ ಜನರು ಈ ಔಷಧಿಗಳಿಗೆ ಮೊರೆ ಹೋಗಿದ್ದಾರೆ. ಅನೇಕ ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳು ತಮ್ಮ ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜುಗಳ ಆವರಣ ದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಕಡೆಗೆ ಔಷಧಿ (ಸಿರಪ್) ಗಳನ್ನು ಕುಡಿದು ಖಾಲಿ ಬಾಟಲಿಗಳನ್ನು ಎಸೆದಿರುವುದು, ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿದೆ. ಇದರಿಂದ ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜು, ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳ ಭವಿಷ್ಯವೇ ಹಾಳಾಗುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದೆ.

ಇಂತಹ (ಸಿರಪ್) ಗಳಲ್ಲಿ ಹೆರಾಯಿನ್, ಕೋಡಿನ್, ಮತ್ತು ಅನೇಕ ಮದ್ಯಾರ್ಕಗಳು ಇರುವುದರಿಂದ ಇವುಗಳ ಅತೀ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಅನೇಕರಲ್ಲಿ ದೈಹಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ನರಗಳಲ್ಲಿ ವಿಕೃತಿ ಗಳು, ಹಾಗೂ ಇನ್ನು ಅನೇಕ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳು ಉಂಟಾಗಬಹುದೆಂದು ವೈದ್ಯಕೀಯ ಶಾಸ್ತ್ರ ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಔಷಧಿ ಔಷಧಿಯಾಗಿಯೇ ಇರಬೇಕೇ ಹೊರತು ಯಾವ ಕಾರಣಕ್ಕೂ ಅದು ವಿಷವಾಗ ಬಾರದು. ಇಂತಹ ಅನೇಕ ದುರಭ್ಯಾಸಗಳಿಗೆ ನಾವೇ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತೇವೆ. ಇದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ನಾವೇ ನಾಶಪಡಿಸಿಕೊಂಡಂತಾಗುವುದಲ್ಲವೇ? ಆದ್ದರಿಂದ ಡಾಕ್ಟರಗಳ ಸೂಚನೆ ಯಿಲ್ಲದೇ, ಯಾವುದೇ ಕೆಮ್ಮಿನ (ಸಿರಪ್) ಕೊಡ ಬಾರದೆಂದು ನಿಯಮ ಮಾಡಿದರೆ ಒಳಿತಲ್ಲವೇ?......... ಹಾಗೆಯೇ ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮಿಗಿಲಾಗಿ ನಾವೇ ಈ ವಿಚಾರವನ್ನು ಅರಿತುಕೊಂಡು ತಿಳಿದು ನಡೆದರೆ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯದ ರಕ್ಷಣೆ ನಮ್ಮ ಕೈಯಲ್ಲಿರಬಹುದಲ್ಲವೇ?

ಡಾ|| ಶಶಿಕಾಂತ ಕಾಂಬಳೆ,
ನೀರಾವರಿ ಕಾಲೋನಿ, ರಾಮದುರ್ಗ,
ಜಿ|| ಬೆಳಗಾವಿ

■

ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡಬಹುದು ! (ಭಾಗ - ೨)

ನಮ್ಮ ಹುಟ್ಟಿನೊಡನೆ ಬದುಕಿನ ಗಡಿಯಾರ ಟಿಕ್ ಟಿಕ್ ಗುಡಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.
ಮುದಿತನ ಬರುತ್ತಿರುವಂತೆ ಗಡಿಯಾರದ ಚಲನೆ ಮಂದವಾಗ ಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.
ಗಡಿಯಾರ ನಿಂತಾಗ ಸಾವು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.
ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಈ ಗಡಿಯಾರ ಎಲ್ಲಿದೆ? ಈ ಗಡಿಯಾರ ನಡೆಸುವ 'ಕೀ' ಎಲ್ಲಿದೆ?
ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಕೀ ಕೊಟ್ಟು ಗಡಿಯಾರವನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ನಡೆಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ?



'ಗಂಟೆಯ' ನೆಂಟನೆ ಓ ಗಡಿಯಾರ !

● ಡಾ। ನಾ. ಸೋಮೇಶ್ವರ



ಗಂಟೆಯ ನೆಂಟನೆ ಓ ಗಡಿಯಾರ,,
ಬೆಳ್ಳಿಯ ಬಣ್ಣದ ಗೋಳಾಕಾರ,
ಹೊತ್ತನು ತಿಳಿಯಲು ನೀನಾಧಾರ,
ಟಿಕ್ ಟಿಕ್ ಗೆಳೆಯ, ಟಿಕ್ ಟಿಕ್ ಟಿಕ್
ಟಿಕ್ ಟಿಕ್ ಎನ್ನುತ ಹೇಳುವೆಯೇನು ?
ನಿನ್ನೀ ಮಾತಿನ ಒಳಗುಟ್ಟೇನು ?
' ಕಾಲವು ನಿಲ್ಲದು ' ಎನ್ನುವಿಯೇನು ?
ಟಿಕ್ ಟಿಕ್ ಗೆಳೆಯ, ಟಿಕ್ ಟಿಕ್ ಟಿಕ್

-ದಿನಕರ ದೇಸಾಯಿ

ಈ ಜಗತ್ತು ಒಂದು ನಾಟಕ ಮಂದಿರ. ಇಲ್ಲಿ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಪಾತ್ರಧಾರಿಗಳು. ನಮ್ಮದು ಏಳು ಅಂಕಗಳ ನಾಟಕ. ಶೈಶವ, ಬಾಲ್ಯ, ಕೌಮಾರ್ಯ, ಹದಿಹರಯ, ಯೌವನ, ಪ್ರೌಢ ಹಾಗೂ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ. ಆದರೆ ಈ ಏಳೂ ಅಂಕಗಳಲ್ಲಿ ಸಮರ್ಥವಾಗಿ ಅಭಿನಯಿಸುವ ಭಾಗ್ಯ ಕೇವಲ ಕೆಲವೇ ಕೆಲವು ನಟರ ಪಾಲಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಸೀಮಿತ. ಬೇಸರ ಬಂದ ಸೂತ್ರಧಾರ....ನಡುವೆಯೇ ನಟರನ್ನು ನೇಪಥ್ಯಕ್ಕೆ ಕರೆದು ಅವರ ಅಭಿನಯಕ್ಕೆ ಮಂಗಳ ಹಾಡುತ್ತಾನೆ.

ಆದರೆ....

ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಜ್ಞಾನ ವಿಜ್ಞಾನಗಳ ನೆರವಿನಿಂದ, ಅಭಿನಯದ ಅವಧಿಯನ್ನು ಹಿಗ್ಗಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

ಅಮೆರಿಕ :

ಕ್ರಿ.ಶ. ೧೯೦೦ರಲ್ಲಿ, ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಮಗುವಿನ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿ (ಲೈಫ್ ಎಕ್ಸ್‌ಪೆಕ್ಟೆನ್ಸಿ) ಕೇವಲ ೪೭ ವರ್ಷಗಳು ಮಾತ್ರವಾಗಿತ್ತು. ಮನುಷ್ಯನ ಜೀವಿತಾವಧಿ (ಲೈಫ್ ಸ್ಪ್ಯಾನ್) ೧೦೦ ವರ್ಷಗಳು ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಬಹುಪಾಲು ಅಮೆರಿಕನ್ನರ ಬದುಕು ಪ್ರೌಢ ಅಂಕ ಆರಂಭವಾಗುವುದ ರೊಳಗೆಯೇ ಮುಗಿದು ಹೋಗುತ್ತಿತ್ತು. !

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ೧೯೧೨ರಲ್ಲಿ ವಿಟಮಿನ್ನುಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿದರು. ವಿಟಮಿನ್ ಕೊರತೆಯ ರೋಗಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ನಿವಾರಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರು, ರೋಗಗಳು ಬಾರದಂತೆ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಕಲಿತರು. ೧೯೨೮ರಲ್ಲಿ ಅಲೆಗ್ಸಾಂಡರ್ ಫ್ಲೆಮಿಂಗ್ ಪೆನಿಸಿಲ್ಲಿಯಂ ನೊಟಾಟಂ ಎಂಬ ಶಿಲೀಂದ್ರದಿಂದ, ಪೆನಿಸಿಲಿನ್ ಎಂಬ ಅದ್ಭುತ ಪ್ರತಿಜೈವಿಕ ಔಷಧವನ್ನು ಸೃಜಿಸಿದನು. ಅದುವರೆಗು ಸಾಟಿಯಿಲ್ಲದಂತೆ ಮನುಷ್ಯರನ್ನು ಬೇಟೆಯಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿಗ್ರಹಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದನು. ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಪೋಲಿಯೋ ಲಸಿಕೆಯನ್ನು ೧೯೫೫ರಲ್ಲಿ ನೀಡಲಾರಂಭಿಸಿದನು. ಈಗ ಅನೇಕ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಲಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸಿ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳಿಗೆ ಮೂಗುದಾಣ ಹಾಕಿದ್ದಾನೆ ಈ ಮನುಷ್ಯ. ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕುಡಿಯುವ ನೀರು, ಒಳಚರಂಡಿ ವ್ಯವಸ್ಥೆ, ಸಾರ್ವಜನಿಕ ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಹಾಗೂ ವೈಯಕ್ತಿಕ ಸ್ವಚ್ಛತೆಗಳಲ್ಲಾದ ಅದ್ಭುತ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳಿಂದ ಇಂದು ಅಮೆರಿಕನ್ನರ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿಯು ೭೬ ವರ್ಷಗಳಿಗೆ ಏರಿದೆ.

ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿ

ಮನುಷ್ಯನ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿಯು ಕೇವಲ ಅಮೆರಿಕದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ, ಇಡೀ ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಹೆಚ್ಚಿದೆ.

೧೯೮೩ರಲ್ಲಿ ಭಾರತೀಯರ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿಯು ೫೨ ವರ್ಷಗಳಾಗಿದ್ದರೆ, ಈಗ ೬೧ ವರ್ಷಗಳಿಗೆ ಏರಿದೆ. ೧೯೪೦ರಲ್ಲಿ ಜಪಾನಿ ಸ್ತ್ರೀ ಹಾಗೂ ಪುರುಷರ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿಯು ೩೫.೪ ಮತ್ತು ೪೩.೬ ವರ್ಷಗಳಾಗಿದ್ದವು. ಈಗ ೭೬ ಹಾಗೂ ೮೫ ವರ್ಷಗಳಿಗೆ ಏರಿದೆ. ೧೯೬೩ರಲ್ಲಿ ಜಪಾನೀ ಶತಾಯುಷಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕೇವಲ ೧೫೩ ಆಗಿದ್ದರೆ ಈಗ ಅದು ೭,೪೦೦ ಆಗಿದೆ.

ಜೀವಿತಾವಧಿ

ವಿಟಮಿನ್, ಲಸಿಕೆ, ಪ್ರತಿಜೈವಿಕ ಔಷಧ, ಶಸ್ತ್ರಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಸಮತೋಲಿತ ಆಹಾರ, ವ್ಯಾಯಾಮ, ನೈರ್ಮಲ್ಯ ಹಾಗೂ ಉತ್ತಮ ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯಗಳಿಂದ ನಮ್ಮ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿಯನ್ನು ವರ್ಷ, ವರ್ಷ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಇದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವೇ ಇಲ್ಲ.

ಆದರೆ,

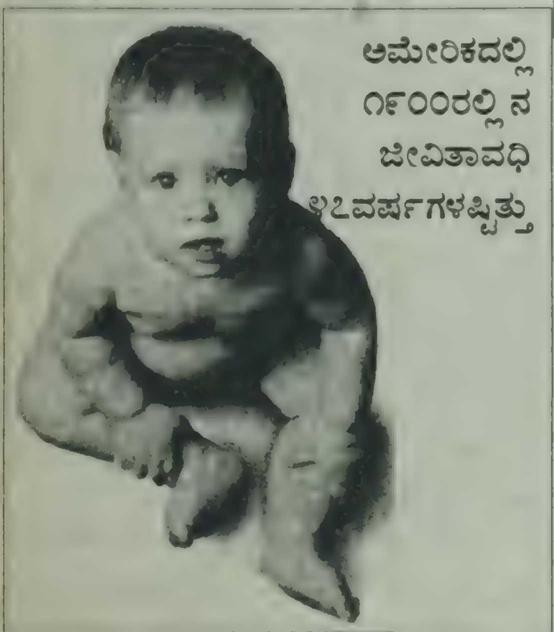
ನಮ್ಮ ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಏನೂ ಬದಲಾವಣೆಗಳು ಆಗಿಲ್ಲ ಅಲ್ಲವೇ? ಅದಿನ್ನೂ ನೂರು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲೇ ಇದೆ!

ಆಶ್ವಾಸನೆ

ಮಾಂಟ್ರಿಯಲ್‌ನ ಮ್ಯಾಕ್‌ಗಿಲ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯ ಸೀಗ್ ಫ್ರೈಡ್ ಹೆಕೀಮಿಯವರ ತಳಿ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಎಳೆ ಹುಳು!

ಈ ಎಳೆಹುಳುವಿನ ಉದ್ದ, ಕೇವಲ ಒಂದೇ ಒಂದು ಮಿಲಿಮೀಟರ್. ಪಾರದರ್ಶಕ ದೇಹ, ಚಲಿಸುವುದೂ ಕಡಿಮೆ, ತಿನ್ನುವುದೂ ಕಡಿಮೆ. ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಯೇ ಅದರ ಪಾಲಿಗೆ ಬ್ರಹ್ಮಾಂಡ!

ನೀವು ಈ ಎಳೆ ಹುಳುವಾಗಲು ಬಯಸುತ್ತಿರೇನು?



ಅಮೇರಿಕದಲ್ಲಿ ೧೯೦೦ರಲ್ಲಿ ನ ಜೀವಿತಾವಧಿ ೪೭ವರ್ಷಗಳಷ್ಟಿತ್ತು

ಛೆ! ಹುಳುವೆ? ಎಂದು ಮೂಗೆಳೆಯಬೇಡಿ.

ಈ ಎಳೆ ಹುಳುವಿನ ಜೀವಿತಾವಧಿ ಒಂಬತ್ತೇ ಒಂಬತ್ತು ದಿನಗಳು ಮಾತ್ರ. ಆದರೆ ಹೆಕೀಮಿ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ಈ ಹುಳುವಿನ ಜೀವಿತಾವಧಿ ೫೦ ದಿನಗಳು!!! ಅಂದರೆ ಎಳೆಹುಳುವಿನ ಜೀವಿತಾವಧಿಯು ಐದು ಪಟ್ಟುಗಳಿಗೂ ಅಧಿಕವಾಗಿದೆ!

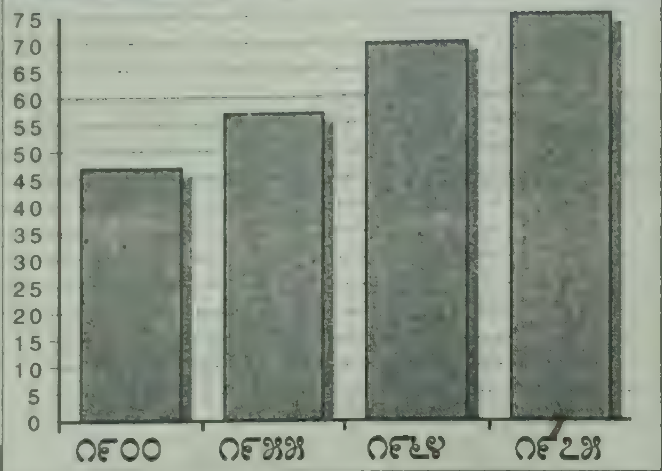
ಈ ಎಳೆಹುಳುವಿಗೆ ದೊರೆತ ದೀರ್ಘಾಯಸ್ಸು ನಿಮಗೆ ದೊರೆತರೆ, ನೀವು ೪೫೦ ವರ್ಷಗಳ ಕಾಲ ಬದುಕಬಹುದು.

ಈಗ....

ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ, ಮೈಕೇಲ್ ರಾಸ್ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯಕ್ಕೆ ಹೋಗೋಣ. ಈತನ ಬಳಿ ಹತ್ತು ಲಕ್ಷ ಹಣ್ಣಿನ ಹುಳು (ಫ್ರೂಟ್ ಫ್ಲೈ) ಗಳಿವೆ!

ಈ ಹುಳುಗಳ ಜೀವಿತಾವಧಿ ೭೦ ದಿನಗಳು. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಇವು ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ, ತಿನ್ನುತ್ತವೆ, ಹಾರುತ್ತವೆ, ಸಂತಾನವರ್ಧನೆ ಮಾಡುತ್ತವೆ, ಕೊನೆಗೆ ಸಾಯುತ್ತವೆ. ರಾಸನ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಹುಳುಗಳೂ ಇದನ್ನೇ ಮಾಡುತ್ತವೆ ಆದರೆ ೧೪೦ ದಿನಗಳವರೆಗೆ!

ಜೀವಿತಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಳ



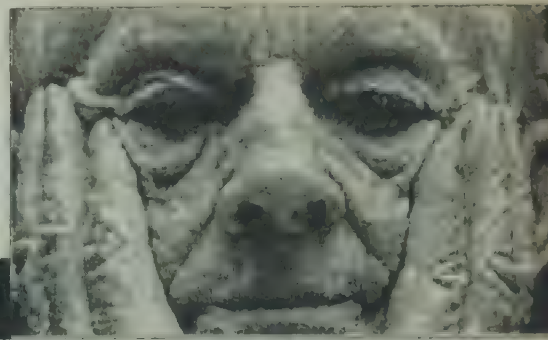
ಈ ಹಣ್ಣಿನ ಹುಳುಗಳ ಆಯಸ್ಸು ನಿಮಗೆ ದೊರೆತರೆ, ನೀವು ೧೪೦ ವರ್ಷಗಳು ಬದುಕಬಹುದು.

ಜರಾ ವಿಜ್ಞಾನ

ನಾವೇಕೆ ಮುದುಕರಾಗುತ್ತೇವೆ? ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ ವಿಜ್ಞಾನವೇ ಜರಾ ವಿಜ್ಞಾನ ಅಥವಾ ಜರಾಶಾಸ್ತ್ರ(ಜೆರೆಂಟಾಲಜಿ) ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಜ್ಞಾನ ವಿಜ್ಞಾನದಿಂದ ಗಣನೀಯವಾಗಿ ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದರೂ ಜೀವಿತಾವಧಿಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಇತ್ತೀಚಿನ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ''ಜೀವಿತಾವಧಿ'' ಎಂಬ ಕಲ್ಪನೆಯನ್ನೇ (!) ಕಿತ್ತೊಗೆಯ ಬಹುದು ಎಂದೆನಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಅಂದರೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡ 'ಚಿರಂಜೀವಿ' ಗಳ ಕನಸನ್ನು ನನಸಾಗಿಸುವ ದಿನಗಳು ಬರಲಿವೆಯೇ?

ನಾವು ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಜೈವಿಕ ಗಡಿಯಾರಗಳು ಟಿಕ್ ಟಿಕ್ ಎನ್ನಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಗಡಿಯಾರಗಳಲ್ಲಿ ಸಾವಿನ ಗಡಿಯಾರವೂ ಒಂದು. 'ಕೀ' ಇರುವವ ರೆಗೂ ಈ ಗಡಿಯಾರ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಕೀ ಮುಗಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಜೈವಿಕ ಗಡಿಯಾರಗಳು ನಿಧಾನಗೊಳ್ಳಲಾರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಕೊನೆಗೆ ನಿಂತು ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ..... ಸಾವಿನ ಗಡಿಯಾರವನ್ನು ಗಡಿಯಾರಗಳ ಗಡಿಯಾರ ಎನ್ನಬಹುದು.

ಈ ಜೀವ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅಮೀಬದಿಂದ ಹಿಡಿದು ಮನುಷ್ಯನವರೆಗೆ ವೈವಿಧ್ಯಮಯ ಜೀವರಾಶಿಗಳಿವೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ಜೀವರಾಶಿಗಳಲ್ಲಿ ಗಡಿಯಾರಗಳ ರಚನೆ ಸರಿಸುಮಾರು ಒಂದು ಮೂಲ ನೀಲನಕ್ಷೆಯನ್ನಾಧರಿಸಿದೆ ಎಂದು ತರ್ಕಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು.



ಅಮೇರಿಕದಲ್ಲಿ ಈಗಿನವರ ಜೀವಿತಾವಧಿ ೭೬ವರ್ಷಗಳಷ್ಟಾಗಿದೆ.

ಎಳೆ ಹುಳುಗಳು, ಹಣ್ಣು ಹುಳುಗಳಲ್ಲಿರುವ ಗಡಿಯಾರವನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಅದಕ್ಕೆ ಒಂದಲ್ಲ ಎರಡಲ್ಲ ಐದು ಪಟ್ಟು ಕೀ ಕೊಟ್ಟು ಅವುಗಳ ಬದುಕಿನ ಅವಧಿಯನ್ನು ಐದು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ ತಾತ್ವಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಪ್ರಸ್ತುತ ನಾಟಕಾವಧಿಯನ್ನು ಐದು ಪಟ್ಟು ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಲ್ಲವೆ?

ಡಿ.ಎನ್.ಎ.

ಮಾನವನ ದೇಹ ಒಂದು ಕಟ್ಟಡದ ಹಾಗೆ ಕಟ್ಟಡದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟಿಗೆಗಳಿರುವಂತೆ, ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಜೀವಕೋಶಗಳಿವೆ. ಒಂದಲ್ಲ ಎರಡಲ್ಲ ೫೦,೦೦೦,೦೦೦,೦೦೦,೦೦೦!

ಈ ಎಲ್ಲ ಜೀವಕೋಶಗಳ ರಚನೆ ಒಂದು ಮೂಲ ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಆಧರಿಸಿದೆ. ಗಂಜಿಯಂತಹ ದ್ರವ-ಕೋಶದ್ರವ. ಇದನ್ನು ಕೋಶಪೊರೆ ಆವರಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಈ ದ್ರವದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬೀಜ ತೇಲಾಡುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಬೀಜ ಒಂದು ಸಂಕೀರ್ಣ ರಚನೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ೨೩ ಜೊತೆ ವರ್ಣಕಾಯಗಳಿವೆ. ನಿಜಕ್ಕೂ ಒಂದೊಂದು ವರ್ಣಕಾಯ ಒಂದೊಂದು ಸುರುಳಿ, ಎರಡು ಎಳೆಗಳು ಹೆಣೆದುಕೊಂಡ ಸುರುಳಿ. ಇದರಲ್ಲಿ ವಂಶವಾಹಿಗಳಿವೆ. ಈ ವಂಶವಾಹಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು DNA ಈ ವಂಶವಾಹಿಗಳೇ ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುವ ಹಣೆಬರಹಗಳು! ನಮ್ಮ ಬಾಳಿನ ಎಲ್ಲ ಗಡಿಯಾರಗಳ ಕೀಗಳು ಇಲ್ಲೇ ಇವೆ!

ವಂಶವಾಹಿಗಳು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನ ಎಲ್ಲ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತವೆ ಎಂಬದರಲ್ಲಿ ಈಗ ಯಾವ ಸಂಶಯವೂ ಉಳಿದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಯಾವ ಯಾವ ಗುಣವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ? ಎಂಬುದು ನಮಗಿನ್ನೂ ಖಚಿತವಾಗಿಲ್ಲ. ೨೩

ವರ್ಣಕಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ೧೦ ಲಕ್ಷ ವಂಶವಾಹಿಗಳಿವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಸಾವಿನ ಗಡಿಯಾರಕ್ಕೆ ಕೀ ಹೊಂದಿರುವ ವಂಶವಾಹಿ ಯಾವುದು ? ಅದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ೧೦ ಲಕ್ಷ ವಂಶವಾಹಿಗಳ ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಅರಿಯಲೆತ್ನಿಸುವ ''ಹ್ಯೂಮನ್ ಜೀನೋಮ್ ಪ್ರಾಜೆಕ್ಟ್'' ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದೆ ಎಂದು ಘೋಷಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಹೇಫ್ಲಿಕ್

ಲಿಯೋನಾರ್ಡ್ ಹೇಫ್ಲಿಕ್ ಒಬ್ಬ ಶರೀರ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ. ಈತ ೧೯೬೧ರಲ್ಲಿ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ಆಧುನಿಕ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಪ್ರಥಮ ಬಾರಿಗೆ ಆರಂಭಿಸಿದನು.

ಹೇ ಫ್ಲಿಕ್ ಪ್ರಶ್ನಿಸಿದ- ಮುದಿತನ ಎಲ್ಲಿ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ? ಜೀವಕೋಶಗಳಲ್ಲಿಯೇ? ವಾತಕದಲ್ಲಿಯೇ ? ಅಂಗದಲ್ಲಿಯೇ ? ಅಂಗ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿಯೇ ?

ಇದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನಾರಂಭಿಸಿದ.

ಮಾನವ ಭ್ರೂಣದ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಒಂದು ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು ಅವುಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಆಹಾರಾಂಶಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಿದನು. ಅವು ಪುನರುತ್ಪಾದನೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದವು: ೩೫-೬೫ ತಲೆ ಮಾರುಗಳವರೆಗೆ ವಿಭಜಿಸಿದವು. ನಂತರ ಭ್ರೂಣ ಕೋಶಗಳ ಬದಲು ೭೦ ವರ್ಷಗಳ ವೃದ್ಧನ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಪುನರಾರಂಭಿಸಿದನು. ಅವು ೨೦-೩೦ ಸಲ ಪುನರುತ್ಪಾದನೆಯಾಗಿ ಸ್ಥಗಿತಗೊಂಡವು. ನಂತರ ಮಾರ್ಟಿನ್ ೧೯೭೦ರಲ್ಲಿ ಭ್ರೂಣದಿಂದ ಹಿಡಿದು ೯೦ ವರ್ಷದವರೆಗಿನ ಜನರ ದೇಹದಿಂದ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಜೀವಕಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿದನು. ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ ಒಂದೊಂದು ವರ್ಷ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ, ಅವನ ಜೀವಕಣಗಳ ವಿಭಜನಾ ಶಕ್ತಿ ೦.೨೦ ರಷ್ಟು ಕುಗ್ಗುವುದನ್ನು ಸಾರಿದನು.

ಜೀವಕೋಶಗಳ ವಿಭಜನೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಗಡಿಯಾರ, ಕೋಶದೊಳಗೇ ಇದೆಯೆಂದಾಯಿತಲ್ಲವೆ. ಗಾಜಿನತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಈ ಗಡಿಯಾರ ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದೋ, ಹಾಗೆಯೇ ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅದನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವುದು ಅದನ್ನು ಪುನಶ್ಚೇತನಗೊಳಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದಲ್ಲವೆ ? ಆಗಬಹುದು ಎಂಬ ಭರವಸೆಯನ್ನು ಮೂಡಿಸಿದನು. ಈಗ ಸ್ಯಾನ್‌ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ಕೋದಲ್ಲಿರುವ ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಚಾರ್ಯರಾಗಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಲಿಯೋನಾರ್ಡ್ ಹೇಫ್ಲಿಕ್.

ಇಂಧನ

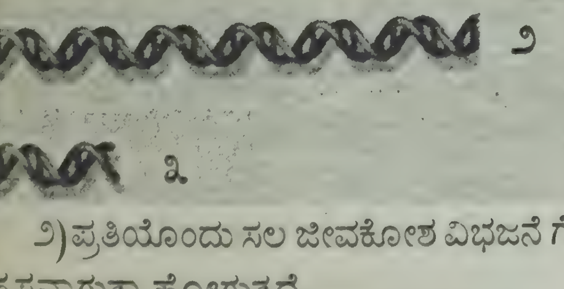
ಮುದಿತನ ಹೇಗೆ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ ?

ಒಂದು ಕಾರು, ಈ ಕಾರು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ವಿಧಾನ ಬಹಳ ಸಂಕೀರ್ಣ. ಈ ಕಾರನ್ನು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಬಳಸುವಾಗ, ಅದರ ಬಿಡಿಭಾಗ ಗಳು ಕ್ರಮೇಣ ಸವೆಯುತ್ತವೆ. ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಉರಿದು, ಉರಿದು ಅದರ ಕಿಟ್ಟ ಕಾರಿನ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಕಾರಿನ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಕ್ರಮೇಣ ಕುಗ್ಗಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಕೊನೆಗೆ ಕಾರು ಕೆಟ್ಟು ನಿಂತುಬಿಡುತ್ತದೆ.

ಈ ಕಾರಿನಂತೆ ನಮ್ಮ ಜೀವಕೋಶವೂ ಸಹ!

ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಕೋಶವು, ತನ್ನ ವಿವಿಧ ಜೈವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಉಪ ಉತ್ಪನ್ನಗಳನ್ನು ತ್ಯಾಜ್ಯವಸ್ತುಗಳನ್ನಾಗಿ ಸೃಜಿಸುತ್ತದೆ. ಇದು ಅನಿವಾರ್ಯ (ಪೆಟ್ರೋಲ್ ಉರಿದು ಇಂಜಿನ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹವಾಗುವ ಕಿಟ್ಟದಂತೆ) ಇಂತಹ ಉಪ ಉತ್ಪನ್ನಗಳಲ್ಲಿ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದವು.

ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಒಂದು ರೀತಿಯ ಆಮ್ಲಜನಕದ ಅಣು. ಸಾಮಾನ್ಯ ಆಮ್ಲಜನಕಕ್ಕಿಂತಲೂ ಒಂದು ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನ್ ಅಧಿಕ ವಾಗಿ ವಿಶೇಷ ಆಮ್ಲಜನಕದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಈ ಅಧಿಕ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಾನ್, ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್ಲನ್ನು ಒಂದು ಅಪಾಯಕಾರಿ ಆಯುಧವನ್ನಾಗಿ ಮಾರ್ಪಡಿಸುತ್ತದೆ.



ವರ್ಣಕಾಯತುದಿಗಳು

೧) ವರ್ಣಕಾಯಗಳ ಅಂಚನ್ನು ಕಾಯುವ DNAಗಳೇ ಕಾಯ ತುದಿಗಳು. ಇವು ಶೂ ಲೇಸಿನ ತುದಿಯಲ್ಲಿರುವ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ಕಿನಂತೆ, ವರ್ಣಕಾಯಗಳನ್ನು ಬಂಧಿಸುತ್ತವೆ, ಕಾಪಾಡುತವೆ.

೨) ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಸಲ ಜೀವಕೋಶ ವಿಭಜನೆ ಗೊಂಡಾಗೆ, ಜನ್ಯಕೋಶದಲ್ಲಿರುವ ಕಾಯ ತುದಿಯು ಹ್ರಸ್ವವಾಗುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

೩) ಹೇ ಫ್ಲಿಕ್ ಪರಿಮಿತಿಯನ್ನು (೩೫-೬೫ ತಲೆ ಮಾರುಗಳು) ತಲುಪುತ್ತಿರುವಂತೆ ವಿಭಜನೆ ಕುಂಠಿತವಾಗುತ್ತದೆ. ಕೊನೆಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಲ್ಲುತ್ತದು.

ಜೀವವನ್ನು ಉಳಿಸುವ ಆಮ್ಲಜನಕ, ಜೀವಹಾರಕ ಕ್ರಿಯೆಯಲ್ಲಿ ಉದ್ಯುಕ್ತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾದ ಕೂಡಲೆ, ತನ್ನಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗಿರುವ ಅಸಮತೋಲನೆಯನ್ನು ಸರಿದೂಗಿಸಲು, ಸಮೀಪದಲ್ಲಿರುವ ಯಾವುದೇ ರಚನೆಯ ಜೊತೆಗೆ ಹೋಗಿ ಸೇರಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಆ ರಚನೆ DNA ಆಗಿದ್ದರೂ ಚಿಂತೆಯಿಲ್ಲ. ಹೀಗಾದಾಗ, ಆ ರಚನೆಯಲ್ಲಿ, ಆ ರಚನೆಯ ಸಹಜ ಕಾರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಾಗಬಹುದು. ಹೀಗೆ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳ ನಿರಂತರ ಆಕ್ರಮಣದಿಂದ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಎಲ್ಲ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಆರಂಭವಾಗುತ್ತವೆಯಂತೆ. ಚರ್ಮಸುಕ್ಕುಗಟ್ಟುವುದು, ಕೀಲುಗಳ ಚಲನೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಈ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳೇ ಕಾರಣವಂತೆ. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಆರಂಭವಾಗಲು ಈ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳೂ ಕಾರಣ ಎಂಬ ವಾದವಿದೆ.

ಈ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆ ?

ಖಂಡಿತ ಇದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಆಹಾರ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು.

ಅವೇ ಪ್ರತಿ ಉತ್ಕರ್ಷಕಗಳು. (ಆಂಟಿ ಆಕ್ಸಿಡೆಂಟ್ಸ್) ಇವು ಹುಟ್ಟುವ ಎಲ್ಲ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳನ್ನು ಗುಡಿಸಿ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸುತ್ತವೆಯಂತೆ.

ಎಲ್ಲಿವೆ ಈ ಪ್ರತಿಉತ್ಕರ್ಷಕಗಳು ?

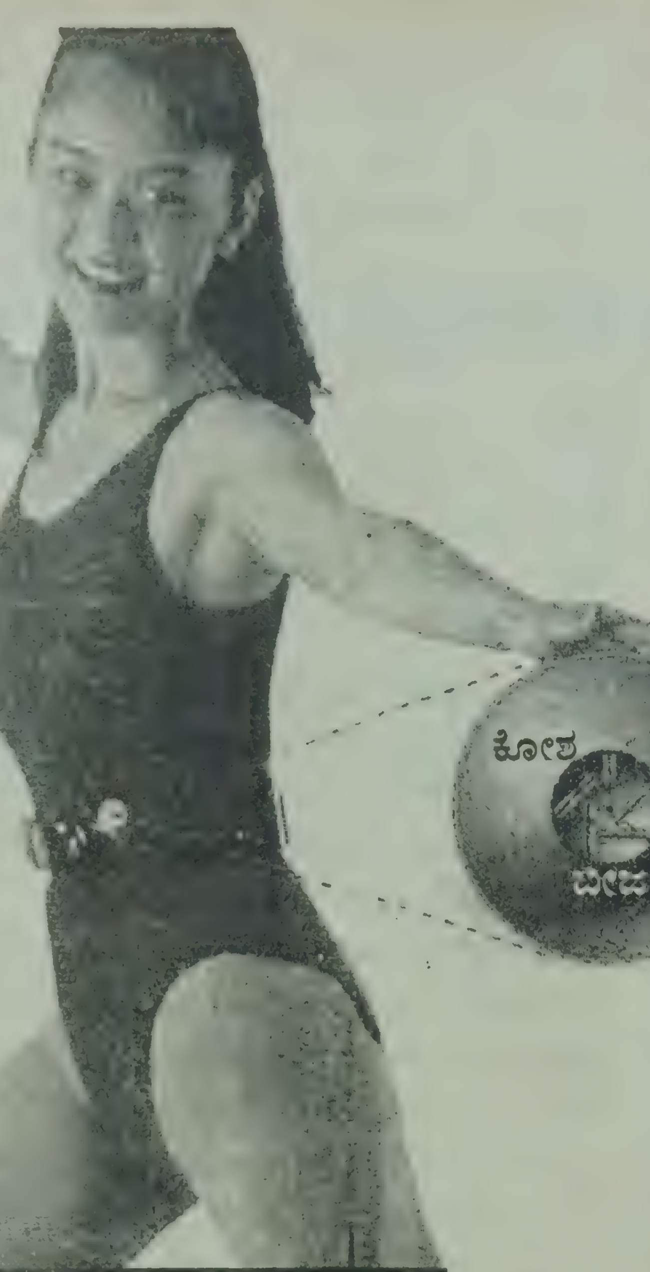
ನಮ್ಮ ಆಹಾರದಲ್ಲೇ ಇವೆ!

ಆದರೆ ಈ ಪ್ರತಿ ಉತ್ಕರ್ಷಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ನಡೆದಿರುವ ಅಧ್ಯಯನಗಳು ಭಿನ್ನ ಭಿನ್ನ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಒದಗಿಸಿವೆ. ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನ ಗಳ ಅನ್ವಯ, ಪ್ರತಿ ಉತ್ಕರ್ಷಕಗಳು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳನ್ನು ಗಣನೀಯವಾಗಿ ಇಳಿಸಿವೆಯಂತೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಕೆಲವು ಅಧ್ಯಯನವು ಬೀಟ-ಕೆರೋಟಿನ್ ಎಂಬ ಪ್ರತಿಉತ್ಕರ್ಷಕವು ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ ಎಂದು ವರದಿಯಾಗಿದೆ ಯಂತೆ. ಆದರೆ ಪ್ರತಿಉತ್ಕರ್ಷಕಗಳ ಬಗ್ಗೆ ''ಇದಮಿತ್ಥಂ'' ಎಂದು ಖಚಿತವಾಗಿ ಹೇಳುವ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿನ್ನೂ ನಡೆದಿಲ್ಲ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಇಂದಿಗೂ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ.

ನಮ್ಮ ಯಾವ ಆಹಾರದಲ್ಲಿವೆ ಪ್ರತಿ ಉತ್ಕರ್ಷಕಗಳು ?

ಹಳದಿ ತರಕಾರಿಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬೀಟ- ಕ್ಯಾರೋಟಿನ್ ಒಂದು ಪ್ರತಿ ಉತ್ಕರ್ಷಕ. ಹಾಗಾಗಿ ನೀವು ಸಾಕಷ್ಟು ಕ್ಯಾರೆಟ್, ಸಿಹಿಕುಂಬಳ, ಬೀಟ್‌ರೂಟ್ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ತಿನ್ನಬಹುದು. ವಿಟಮಿನ್-ಸಿ ಸಹ ಪ್ರತಿಉತ್ಕರ್ಷಕ. ಇದು ಹಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಧಾರಾಳ

ವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ದಿನನಿತ್ಯ ತಾಜಾಹಣ್ಣು ಗಳನ್ನು ತಪ್ಪದೆ ಬಳಸುವುದರಲ್ಲಿ ಲಾಭವಿದೆ. ವಿಟಮಿನ್-ಇ ಸಹ ಮತ್ತೊಂದು ಪ್ರತಿ ಉತ್ಕರ್ಷಕ. ಇದೂ ಸಹ ಎಣ್ಣೆ ಕಾಳು ಹಾಗೂ ಧಾನ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅಧಿಕವಾಗಿರುತ್ತದೆ.



ಇಲ್ಲಿ ಸಾಂದರ್ಭಿಕವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಆಯುರ್ವೇದದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಚ್ಯವನ್ ಪ್ರಾಶವನ್ನು ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇದು ಆರೋಗ್ಯ ವರ್ಧಕವಂತೆ! ಆಯಸ್ಸನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತ ದೆಯಂತೆ ! ! ಚ್ಯವನ್ ಪ್ರಾಶದಲ್ಲಿರುವ ಮುಖ್ಯ ಘಟಕ ಬೆಟ್ಟದ ನೆಲ್ಲಿ, ಬೆಟ್ಟದ ನೆಲ್ಲಿಯೆಂದರೆ ವಿಟಮಿನ್- ಸಿ ಯ ಭಂಡಾರ ! ಅಂದರೆ ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡ ಬಯಸುವವರು ಚ್ಯವನ್ ಪ್ರಾಶವನ್ನು ಸೇವಿಸ ಬಹುದಲ್ಲವೇ?

ಗ್ಲೈಕೀಕರಣ

ಜೀವಕೋಶಗಳ ಜೈವಿಕ ಕಾರ್ಯ ಗಳ ಉಪ ಉತ್ಪಾದನೆಗಳಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯ ವಾದ ಮತ್ತೊಂದು ತ್ಯಾಜ್ಯ ವಸ್ತು- ಗ್ಲೈಕೀಕರಣ. (ಗ್ಲೈಕೋಸಿಲೇಶನ್)

ನಾವು ಹೋಟೆಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ ಮಸಾಲೆ ದೋಸೆ ತರುವಂತೆ ಹೇಳು ವಾಗ ''ರೋಸ್ಟ್ '' ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಾ ಅಥವಾ ''ಡಬಲ್ ರೋಸ್ಟ್'' ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬಾ ಎಂದು ಹೇಳುತ್ತೇವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು ಅಥವಾ ಕೇಸರಿಬಾತನ್ನು ಮಾಡಿದಾಗ, ಪಾತ್ರೆಯ ತಳಕ್ಕೆ ಅರೆಸೀದು, ಅಂಟಿರುವ ಹೆಪ್ಪಳಿಕೆಗಳನ್ನು ಹೆರೆದು ತಿಂದರೆ ಅದೆಷ್ಟು ರುಚಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆ! ಹಾಗೆಯೇ ಬ್ರೆಡ್ಡಿನ ಅಂಚು ಕೆಂಪಗೆ ಕಾದು ಗರಿ ಗರಿಯಾಗಿದ್ದಾಗ ತಿನ್ನಲು ಅದೆಷ್ಟು ಚೆನ್ನಾಗಿರುತ್ತದೆ!

ಈ ರುಚಿಗೆಲ್ಲ ಕಾರಣ - ಗ್ಲೈಕೀಕರಣ.

೧೯೭೦ರಲ್ಲಿ ಜೀವರಸಾಯನ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞರು ಒಂದು ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಮಂಡಿಸಿದರು.

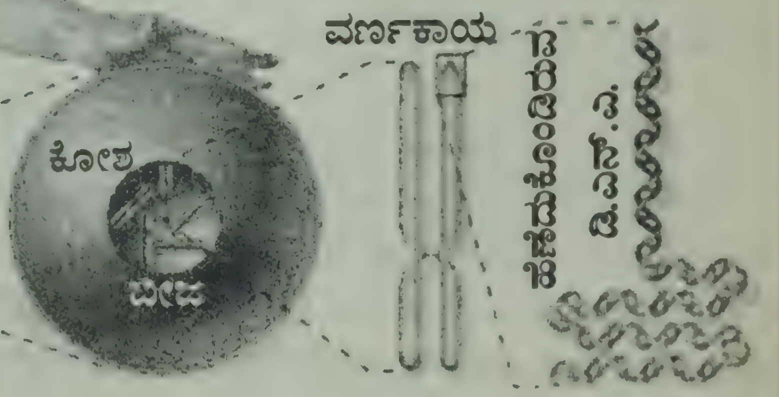
ಅಗತ್ಯಕ್ಕಿಂತ ಸ್ವಲ್ಪ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿದಾಗ, ಮಸಾಲೆ ದೋಸೆ, ಉಪ್ಪಿಟ್ಟು, ಕೇಸರಿಭಾತ್, ಬ್ರೆಡ್ಡುಗಳಲ್ಲಿರುವ ಪ್ರೋಟೀನುಗಳು ಶರ್ಕರಗ ಳೊಡನೆ ಬೆರೆತು ಕಂದು ಬಣ್ಣವನ್ನು ತಳೆಯುತ್ತವೆ. (ಅತಿ ಬಿಸಿ ಮಾಡಿದರೆ ಅದು ಸುಟ್ಟು ಕರಿಕಾಗು ತ್ತದೆ) ಶರ್ಕರಾಂಶ ಅಧಿಕವಾಗಿದ್ದಾಗ ಇದು ಜಿಗುಟು, ಜಿಗುಟಾಗಬಹುದು, ಅಂಟುವ ದ್ರವ ವಾಗಬಹುದು. ಇದೇ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯು ನಮ್ಮ ದೇಹ ದಲ್ಲೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಅದುವೇ ಗ್ಲೈಕೀಕರಣ.

ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಸಿಹಿಮೂತ್ರರೋಗಿಗಳು. ಅವರ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಅಧಿಕ ಶರ್ಕರವು, ಪ್ರೋಟೀನುಗಳ ಜೊತೆ ಬೆರೆತು ಅಂಟಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ ಯಂತೆ. ಈ ಅಂಟಿಗೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಪ್ರೋಟೀನುಗಳು ಸೇರಿಕೊಂಡು ಜಿಗುಟು ಜಾಲವನ್ನೇ ರೂಪಿಸುತ್ತ ವೆಯಂತೆ. ಇದು ಕೀಲುಗಳಲ್ಲಿ ಸಂಭವಿಸಿದಾಗ ಅದರ ಚಲನೆಯು ನಿಧಾನವಾಗಲಾರಂಭಿಸು ತ್ತದೆ. ಹೃದಯದ ಕರೋನರಿ ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಲ ಬೆಳೆದಾಗ ರಕ್ತಪೂರೈಕೆ ನಿಧಾನವಾಗಿ ಹೃದಯ ಶೂಲೆ ಉಗ್ರವಾಗುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣಿನ ಮಸೂರದಲ್ಲಿ ಶುರವಾದಾಗ ಪೂರೆ ಬೆಳೆಯಲಾ ರಂಭಿಸಿ, ದೃಷ್ಟಿ ಮಂದವಾಗಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.

ಕೀಲು ಸೆಡೆತ, ರಕ್ತನಾಳ ರೋಗಗಳು, ದೃಷ್ಟಿ ಮಂದವಾಗುವಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳೆಲ್ಲಾ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಮುನ್ಸೂಚನೆಗಳೆ ! ಸಿಹಿ ಮೂತ್ರ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯ ಅಂಶ ಅಧಿಕವಿರುವುದರಿಂದ ಇದು ನಡೆಯಬಹುದು. ಆದರೆ ಸಿಹಿಮೂತ್ರ ರೋಗಿಗ ಳಲ್ಲದವರಲ್ಲಿ ? ಅವರಲ್ಲೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಿಧ್ಾ.....ನವಾಗಿ !

ಮಿದುಳು ಮತ್ತು ಕಪಾಲದ ನಡುವೆ ಕೊಲ್ಲಾ ಜಿನ್‌ಗಳಿಂದಾದ ಪದರಗಳಿವೆ. ವೃದ್ಧರಲ್ಲಿ ಈ ಪದರ ಕಂದುಗಟ್ಟಿತ್ತು. ಸಿಹಿಮೂತ್ರ ರೋಗಿ ಗಳಲ್ಲೂ ಕಂಟಾಗಿತ್ತು. ಇದು ಬೇರೂರಿದ ಗ್ಲೈಕೀಕರಣದ ಲಕ್ಷಣ.

ಈ ಬಗ್ಗೆ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ನಗರದ ಮೌಂಟ್ ಸಿನಾಯ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಅಂತಾರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ದೀರ್ಘಾ ಯುವಿನ ಕೇಂದ್ರದ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಾದ ಡಾ। ರಾಬರ್ಟ್ ಬಟ್ಲರ್‌ರವರು ''ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳ ಉತ್ಪಾದನೆಯು ಅನಿವಾರ್ಯವೋ ಹಾಗೆ ಗ್ಲೈಕೀಕರಣವೂ



ಅನಿವಾರ್ಯ, ಇವೆರಡು ಸಹಜ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಗಳು. ನಮ್ಮನ್ನು ಮುದಿತನದೆಡೆಗೆ ಕರೆದೊಯ್ಯು ವಂತಹವು.....'' ಎಂದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ.

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈ ಗ್ಲೈಕೀಕರಣಕ್ಕೆ ಒಂದು ಹೆಸರನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದ್ದಾರೆ AGES ಎಂದು. ಇದೊಂದು ಸಂಕ್ಷಿಪ್ತ ನಾಮ. ADVANCED GLYCOSYLATION END PRODUCTS ಎಂಬ ಉದ್ದ ಹೆಸರಿನ ಮೊದಲಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ AGES ಎಂಬ ಹೊಸ ಹೆಸರನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ.

ಈ AGES ಅಂಟಿನ ಜಾಲವನ್ನು ಕರಗಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆ ?

ಸಾಧ್ಯವಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಪಿಕೋವರ್ ಇನ್‌ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್ ಫಾರ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ರಿಸರ್ಚ್‌ನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು. ಇವರು AGES ಜಾಲ ವನ್ನು ಕರಗಿಸುವ '' ಪೈಮಾಗೆಡಿನ್ '' ಎಂಬ ಔಷಧವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಇದು ಉತ್ಪಾದನೆ ಯಾದ ಅಂಟು ಇತರ ಪ್ರೋಟೀನುಗಳನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿ ಅವುಗಳ ಜೊತೆ ಅಂಟದಂತೆ ತಡೆಯು ತ್ತದೆಯಂತೆ. ಇವರು ೧೮ ಜನರಿಗೆ ಪೈಮಾಗೆ ಡಿನ್ನನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು. ಇದರಿಂದ ಅವರ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ರುವ ಲಿಪೋಪ್ರೋಟೀನಿನ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆ ಯಾಯಿತು. ರಕ್ತನಾಳಗಳ ವ್ಯಾಸವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವ ಕೊಲೆಸ್ಟರಾಲಿನ್ ಆದಿ ಹಂತ ಈ ಲಿಪೋ ಪ್ರೋಟೀನುಗಳು. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಪೈಮಾಗೆ ಡಿನ್ನನ್ನು ಇಲಿಗಳಿಗೆ ನಿರಂತರವಾಗಿ ನೀಡಿದಾಗ ಅವುಗಳಿಗೆ ಹೃದಯ ರೋಗವೇ ಬರಲಿಲ್ಲ!

ಪಿಕೋವರ್ ಇನ್‌ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್‌ನಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರಾಗಿರುವ ಡಾ। ರಿಚರ್ಡ್ ಬುಕಾಲ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. '' ನಾವು ಒಂದು ಸಿದ್ಧಾಂತ ಹಾಗೂ ಸಿದ್ಧಾಂತ ನೆಲೆಯ ಮೇಲೆ ಒಂದು ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಸೂಚಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಗ್ಲೈಕೀಕರಣ ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಅಂಗ ಗಳಲ್ಲೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಗ್ಲೈಕೀಕರಣ ವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದರಿಂದ ಅನೇಕ ರೋಗಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಇದರಿಂದ ಜೀವಿತಾವಧಿ ಹೆಚ್ಚಲಾರದು....''

AGESನನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆ ? ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳನ್ನು ಪ್ರತಿ ಉತ್ಕರ್ಷಕಗಳಿಂದ ನಿವಾರಿಸುವಂತೆ, AGESನನ್ನು ಯಾವುದಾದರೂ ವಿಧಾನದ ಮೂಲಕ ನಿಗ್ರಹಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆ ?

ಸಾಧ್ಯವಿದೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು

AGESಅಂಟನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಕಚ್ಚಾಸಾಮಗ್ರಿಗಳ ಸರಬರಾಜನ್ನೇ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದರಾಯಿತು. ಕಡಿಮೆ ಸರಬರಾಜು, ಕಡಿಮೆ ಉತ್ಪಾದನೆ, ಕಡಿಮೆ ಅಂಟು, ಕಡಿಮೆ ತೊಂದರೆ ಇವೆಲ್ಲದರಿಂದ ಆರೋಗ್ಯ, ಆಯಸ್ಸುಗಳ ವೃದ್ಧಿ.

ಕಡಿಮೆ ಸರಬರಾಜು ಎಂದರೆ ?

ಕಡಿಮೆ ಊಟ ಮಾಡುವುದು !

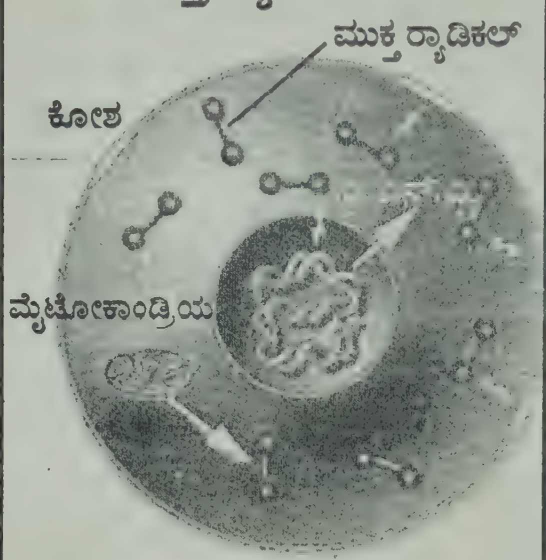
ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸಿದ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು, ಅವುಗಳ ದೈನಂದಿನ ಆಹಾರವನ್ನು ಶೇಕಡಾ ೩೦ರಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಅವು ಶೇಕಡಾ ೩೦ ರಿಂದ ೪೦ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ (ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಮಾಣ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುತ್ತಿದ್ದ ಇಲಿಗಳಿಗೆ ಹೋಲಿಸಿದಲ್ಲಿ) ಬದುಕಿದವು. ಈ ಸೂತ್ರವನ್ನು ಮನುಷ್ಯರಿಗೆ ಅನ್ವಯಿಸಿದರೆ, ನಾವು ಪ್ರತಿದಿನ ೧,೪೦೦ ಕ್ಯಾಲರಿಗಳಷ್ಟು ಆಹಾರವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸಿದರೆ, ನಾವು ಸುಮಾರು ೩೦ ವರ್ಷ ಹೆಚ್ಚು ಬದುಕಬಹುದು !

ಆಹಾರವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಸೇವಿಸುವುದರಿಂದ ಆಯುಸ್ಸು ಹೇಗೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ ?

ಮೇರಿಲ್ಯಾಂಡ್, ಬೆಥೆಸ್ಡದಲ್ಲಿರುವ ನ್ಯಾಶನಲ್ ಇನ್‌ಸ್ಟಿಟ್ಯೂಟ್ ಆನ್ ಏಜಿಂಗ್‌ನಲ್ಲಿ ಅಣು ಅಂಗಕ್ರಿಯಾ ಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞ ಜಾರ್ಜ್ ರೋಥ್ ಕೆಲವು ವಿವರಣೆಗಳನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಾರೆ.

★ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೆ ಆಹಾರವನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿದಾಗ, ಅವುಗಳ ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆ ೧°c ನಷ್ಟು ಇಳಿಯುತ್ತದೆ. ಉಷ್ಣತೆ ಕಡಿಮೆಯಾದಾಗ ಜೈವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮಂದವಾಗುತ್ತವೆ. ಅಂದರೆ ಆಹಾರ ಸಂಸ್ಕರಣೆಯ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಜೀವಿಯು '' ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಅವಸ್ಥೆಯಿಂದ '' '' ಅಸ್ತಿತ್ವ ರಕ್ಷಣಾ ಅವಸ್ಥೆಗೆ '' ಪರಿವರ್ತಿತವಾಗುತ್ತವೆ. ಜೀವವನ್ನು ಹಿಡಿಯುವುದೇ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ.

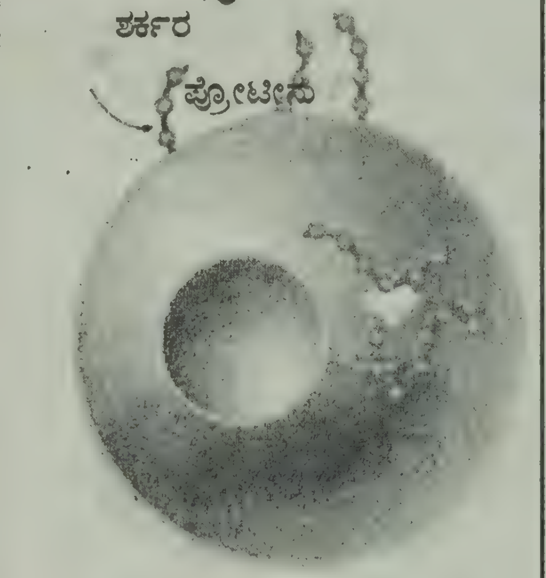
ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳು



ಮೈಟ್ರೊಕಾಂಡ್ರಿಯಗಳು ಜೀವಕೋಶದ ಶಕ್ತಿ ಆಗರ (ಪವರ್ ಹೌಸ್) ಗಳು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಜೈವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ನಡೆದಾಗ ಅಸ್ಥಿರ ಆಮ್ಲಜನಕ ಅಣುಗಳು ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುತ್ತವೆ. ಇವೇ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್ ಗಳು. ಇದು ಜೀವಕೋಶದೊಳಗೆ ಒಂದೆಡೆಯಿಂದ ಮತ್ತೊಂದೆಡೆಗೆ ಪುಟಿಯುತ್ತ DNA ಹಾಗೂ ಇತರ ಕಣಾಂಗಗಳಿಗೆ ಅಪಾಯವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡುತ್ತವೆ.

★ ಹೇಫ್ಲಿಕ್ ಪ್ರಯೋಗ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ. ಜೀವಕೋಶಗಳ ಪುನರುತ್ಪಾದನಾ ಸಂಖ್ಯೆ ಪೂರ್ವ ನಿಗದಿತ. ನಾವು ಕಡಿಮೆ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದಾಗ, ಎಲ್ಲ ಜೈವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳು ಮಂದವಾದಂತೆ ಜೀವಕೋಶ ವಿಭಜನೆಯೂ ಮಂದವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಬದುಕುವ ಅವಧಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಗ್ಲೈಕೀಕರಣ



ಹೆಚ್ಚುವರಿ ಶರ್ಕರವು ಪ್ರೋಟೀನುಗಳೊಡನೆ ಬೆರೆತು ಅಂಟನ್ನು ಸೃಜಿಸುತ್ತವೆ. ಈ ಅಂಟಿನ ಜಾಲದ ಕಾರಣ ಕೀಲುಗಳಲ್ಲಿ ಚಲನೆ ಕಡಿಮೆ ಯಾಗುತ್ತದೆ. ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಬ್ಬು ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಕಣ್ಣ ಮಸೂರದಲ್ಲಿ 'ಪೊರೆ ಬೆಳೆದು' ದೃಷ್ಟಿ ಮಂದವಾಗುತ್ತದೆ.

ರೋಥ್ ಇಲಿಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸಿ ''ಕಡಿಮೆ ಆಹಾರ ಹೆಚ್ಚು ಆಯಸ್ಸು'' ಎಂಬ ಸಿದ್ಧಾಂತಕ್ಕೆ ಪುರಾವೆಯನ್ನು ಒದಗಿಸಿದ್ದಾನೆ. ಇದೇ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಈಗ ಮಂಗಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. '' ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ನಾವು ೮೦ ವರ್ಷಗಳ ವರೆಗೆ ಬದುಕಬಹುದು. ೧೨೦ ವರ್ಷ ಖಂಡಿತ ಅಸಾಧ್ಯವೇನಲ್ಲ. ನೀವು ಶತಾಯುಷಿ ಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಅವರು ಸಣ್ಣಕ್ಕೆ ಇರುತ್ತಾರೆ. ಬೊಜ್ಜು ದೇಹಿಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲ ಬದುಕುವುದಿಲ್ಲ '' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ.

ಆದರೆ.....

ಯಾರು ತಾನೆ ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಲು ಇಷ್ಟಪಡುತ್ತಾರೆ ? ಇದು ಪ್ರಾಯೋಗಿಕವಾಗಿ ಅಸಾಧ್ಯವಾದದ್ದು. ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ಕೃತಕವಾಗಿ ಆಹಾರದ ಕೊರತೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯಬೇಕು ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ರೋಥ್.

ಒಂದು ವೇಳೆ ಅಂತಹ ಗುಳಿಗೆಗಳನ್ನು ರೋಥ್‌ಕಂಡುಹಿಡಿದ ಎಂದೇ ಭಾವಿಸೋಣ. ಅದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಆಯಸ್ಸಿಗೆ ಒಂದಷ್ಟು ವರ್ಷಗಳು ಸೇರಬಹುದೇ ಹೊರತು ಮೈಕೇಲ್ ರಾಸನ ಹಣ್ಣು ನೊಣಗಳಂತೆ, ಹೆಕೀಮಿಯ ಎಳೆಹುಳುಗಳಂತೆ ನಮ್ಮ ಆಯುಷ್ಯವನ್ನು ದುಪ್ಪಟ್ಟು, ಮುಪ್ಪಟ್ಟು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ.

ಅದಕ್ಕಾಗಿ.....

ಕಾರಿನ ಜೀವಾಳವಾದ ಇಂಜಿನ್ನಿನ ಒಡಲನ್ನೇ ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕು. ವಂಶವಾಹಿಗಳಿಗೆ ಲಗ್ಗೆ ಹಾಕಬೇಕು.

ಕಾಯತುದಿ

ಹೇಫ್ಲಿಕ್ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಐತಿಹಾಸಿಕವಾದದ್ದು. ಆದರೆ ಅವನು ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರ ಮಾತ್ರ ದೊರೆಯಲಿಲ್ಲ. ಜೀವಕೋಶಗಳು ಏಕೆ ಸಾಯುತ್ತವೆ ? ಜೀವಕೋಶಗಳು ೩೫-೬೫ ತಲೆಮಾರುಗಳವರೆಗೆ ವಿಭಜನೆಗೊಂಡ ನಂತರ ಏಕೆ ಸಾಯುತ್ತವೆ ?

ಹೇಫ್ಲಿಕ್ ನಂತರ ಈ ಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿದ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳೆಲ್ಲರು, ಜೀವಕೋಶಗಳ ವಿಭಜನಾ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ವಂಶವಾಹಿಯು ಯಾವ ವರ್ಣಕಾಯದಲ್ಲಿದೆ ? ಎಂದು ಹುಡುಕಲು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಅವರಾರಿಗೂ ಅದರ ಸುಳಿವು ಸಿಗಲೇ ಇಲ್ಲ.

ಈ ನಡುವೆ ಒಂದು ಕುತೂಹಲಕರ ಅಂಶವನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರು. ವರ್ಣಕಾಯುಗಳ ತುದಿಗಳ

ಲ್ಲಿರುವ ಭಾಗ, ಅಂದರೆ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ರುವ ವಂಶವಾಹಿಗಳು ಯಾವುದೇ ಗುಣಲಕ್ಷಣ ಗಳನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಪುರಾವೆಯನ್ನು ತೋರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಇದನ್ನು '' ಟೀಲೋಮಿಯರ್ '' ಎಂದು ಕರೆದರು. ಇದನ್ನು ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ನಾವು ''ವರ್ಣಕಾಯತುದಿ'' ಅಥವಾ '' ಕಾಯ ತುದಿ'' ಎಂದು ಕರೆಯೋಣ.

ಕಾಯ ತುದಿ ನೋಡುವುದಕ್ಕೆ ಶೂ ಲೇಸಿನ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ ಹೊದಿಕೆಯಂತಿತ್ತು. ಲೇಸಿನ ಎಳೆಗಳು ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ ತಡೆಯುತ್ತದೆ ಈ ಹೊದಿಕೆ. ವರ್ಣಕಾಯಗಳ ತುದಿಗಳಲ್ಲಿ ಇರುವ ಈ ಕಾಯ ತುದಿಗಳೂ ಸಹ, ಹೀಗೆಯೇ ವರ್ಣಕಾಯಗಳು '' ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳದಂತೆ'' ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತಿರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿತ್ತು.

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕಾಯತುದಿಯನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಗಮನಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಜೀವಕೋಶ ಪ್ರತಿ ಸಲ ವಿಭಜನೆ ಹೊಂದುವಾಗ ಈ '' ಶೂ ಲೇಸಿನ ಪ್ಲಾಸ್ಟಿಕ್ '' ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪವೇ ಗಿಡ್ಡವಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಕೊನೆಗೆ ಜೀವಕೋಶವು '' ಹೇ ಫ್ಲಿಕ್ ಪರಿಮಿತಿ''(ಹೇ ಫ್ಲಿಕ್ ಲಿಮಿಟ್) ಯನ್ನು ತಲುಪಿದಾಗ (ಅಂದರೆ ೩೫-೬೫ ತಲೆಮಾರುಗಳಾದಾಗ) ಈ ಕಾಯತುದಿಯು ಅತ್ಯಂತ ಕನಿಷ್ಟ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಲುಪಿತ್ತು. ಆಗ ಜೀವಕೋಶ ವಿಭಜಿಸುವುದನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿಬಿಡುತ್ತಿತ್ತು.

ಇದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕೂಡಲೆ ಒಂದು ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನು ಮಂಡಿಸಿದರು. ಕಾಯ ತುದಿ ಕರಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ವರ್ಣಕಾಯವು ಮುದಿತನ ಪ್ರಚೋದಕ ಪ್ರೋಟೀನುಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ, ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ತಲೆದೋರುತ್ತದೆ ಎಂದರು.

ಆದರೆ....

ಮತ್ತೊಂದು ವಿಚಿತ್ರವನ್ನೂ ಗಮನಿಸಿದರು. ಮಾನವ ದೇಹದ ವಿವಿಧ ಅಂಗಗಳಲ್ಲಿರುವ ಬಹುಪಾಲು ಜೀವಕೋಶಗಳಲ್ಲಿನ ಕಾಯ ತುದಿಗಳು ನಶಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಈ ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ನಿಯಮಕ್ಕೆ ಕೆಲವು ವಿನಾಯತಿಗಳಿದ್ದವು. ಉದಾ ಹರಣೆಗೆ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಿಗೆ ಈ ನಿಯಮ ಅನ್ವಯವಾಗುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳಿಗೂ ವಿನಾಯತಿ ಇತ್ತು. ಆದುದರಿಂದಲೇ ಇರಬೇಕು, ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳು ಹೇ ಫ್ಲಿಕ್ ಪರಿ ಮಿತಿಯನ್ನು ಮೀರಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಲೇ ಹೋಗುತ್ತವೆ.

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಒಂದು ಉಪಾಯ ಹೊಳೆಯಿತು. ಪುನರುತ್ಪಾದನೆಯ ಪರಿಮಿತಿಯೇ ಇಲ್ಲದಂತಹ ಜೀವಿಯೊಂದನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ, ಅದರ ಕಾಯ ತುದಿ ಹೇಗೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತದೆ, ? ಅದು ನಶಿಸದಂತೆ ರಕ್ಷಿಸುವ ವಸ್ತು ಯಾವುದು, ? ಹೇಗಿದೆ, ? ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ ? ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನು ಅಭ್ಯಾಸ ಮಾಡಬಹುದೆಂದು ತರ್ಕಿಸಿದರು.

೧೯೮೪. ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದ ಕೆರೋಲ್ ಗ್ರೀಡರ್ ಹಾಗೂ ಎಲಿಜಬೆತ್ ಬ್ಲಾಕ್‌ಬರ್ನ್ ಸಿಹಿ ನೀರಿನ ಕೊಳದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಒಂದು ಏಕಕೋಶ ಜೀವಿಯನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ಅದರ 'ಕಾಯತುದಿ ' ಯನ್ನು ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದರು. ಒಂದು ಕಿಣ್ವವು ಕಾಯತುದಿ ಸವೆಯದಂತೆ ರಕ್ಷಿಸುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿದರು. ಅದಕ್ಕೆ ' ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ' ಎಂಬ ಹೆಸರನ್ನು ಕೊಟ್ಟರು.

ಐದು ವರ್ಷಗಳು ಕಳೆದವು.

ಯೇಲ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಗ್ರೆಗ್ ಮೋರಿನ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಯನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿದ್ದನು. ಆಗ ಅವನ ಗಮನಕ್ಕೆ ' ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ' ಬಂದಿತು. ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ಕಿಣ್ವವು ಕಾಯತುದಿಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡುವ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿದನು.

ಒಂದು ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಚಿರಂಜೀವತ್ವದ ಗುಟ್ಟು ರಟ್ಟಾಗಿ ಹೋಯಿತು !

ಈ ಸುದ್ದಿಯಿಂದ ಅತ್ಯಂತ ರೋಮಾಂಚಿತಗೊಂಡ ವಿಜ್ಞಾನಿಯೆಂದರೆ ಲಿಯೋನಾರ್ಡ್ ಹೇ ಫ್ಲಿಕ್ ! ಅವನು ದಶಕಗಳ ಹಿಂದೆ ಕೇಳಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ, ಅವನು ಬದುಕಿರುವಾಗಲೇ ಉತ್ತರ ದೊರೆಯಿತು. '' **ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ಆವಿಷ್ಕಾರದೊ ಡನೆ , ಚಿರಂಜೀವ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಗುಟ್ಟನ್ನು ತಿಳಿದಂತಾಯಿತು. ಇನ್ನು ಮುಂದೆ ಮುದಿತನ ಹಾಗೂ ಸಾವು ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಲಾರದು''** ಎಂದನು.

ಈಗ ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ಸಕ್ರಿಯವಾಗಿರುವ ಹಲವು ಕೋಶಗಳನ್ನು ನಾವು ಗಮನಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇದು ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಲ್ಲಿದೆ, ಅಂಡಾಣುಗಳಲ್ಲಿದೆ. ವಿವಿಧ ರಕ್ತಕಣಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸುವ '' ಆದಿ ಕೋಶ'' (ಸ್ಟೆಮ್‌ಸೆಲ್) ದಲ್ಲಿದೆ ಹಾಗೂ ಶೇಕಡಾ ೯೦ರಷ್ಟು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳಲ್ಲಿದೆ....

ಅಂದ ಮೇಲೆ.......

ಟೀಲೋಮಿರೇಸನ್ನು ನಾವು ಕೃತಕವಾಗಿ ಸೃಜಿಸಿದರೆ...... ಹೇಫ್ಲಿಕ್ ಪರಿಮಿತಿಗೆ ಒಳಪಟ್ಟ ಎಲ್ಲ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ಊಹಿಸಿದರೆ...... ಅಂದರೆ ಇಡೀ ದೇಹವನ್ನು ಟೀಲೋಮಿರೇಸಿನ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಒಳಪಡಿಸಿದರೆ ನಾವು ನೀವು ಹನುಮಂತನಂತೆ, ಗರುಡನಂತೆ, ವಿಭೀಷಣನಂತೆ ಅಶ್ವತ್ಥಾಮನಂತೆ ಚಿರಂಜೀವಿಗಳಾಗಬಹುದೆ ?

ಸ್ಯಾನ್ ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ಕೋದಲ್ಲಿರುವ ಜೆರಾನ್ ಕಾರ್ಪೊರೇಶನ್ ಎಂಬ ಜೈವ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವಶಾಸ್ತ್ರಜ್ಞನಾಗಿರುವ ಕ್ಯಾಲ್ವಿನ್ ಹಾರ್ಲೆ ಈ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾನೆ. ಈತನು ಸಿಹಿನೀರು ಕೊಳದ ಏಕಾಣು ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಟೀಲೋಮಿರೇಸನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದ ಗ್ರೀಡರ್ ಜೊತೆಗೆ ಸಂಶೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಯಾಗಿದ್ದಾನೆ. ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ಉತ್ಪಾದನೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ವಂಶವಾಹಿಯ ಹುಡುಕಾಟದಲ್ಲಿದ್ದಾನೆ. ಈ ವಂಶವಾಹಿಯನ್ನು ಹುಡುಕಿ, ಅದಕ್ಕೊಂದು ''ಸ್ವಿಚ್''ಹಾಕಿ, ಬೇಕು ಬೇಕೆಂದಾಗ ಆನ್ ಅಂಡ್ ಆಫ್ ಮಾಡುವ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದ್ದಾನೆ.

''ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡುವ ಅಥವಾ ಮುಪ್ಪನ್ನೆ ಇಲ್ಲವಾಗಿಸುವ ಮೂಲಭೂತ ಔಷಧಗಳ ಸೃಜನೆಯಲ್ಲಿ ಇಂದು ನಾವು ತೊಡಗಿದ್ದೇವೆ. ಒಂದು ಗುಳಿಗೆಯಿಂದ, ಅಂಗಗಳ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡುವುದರಿಂದ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಮುಪ್ಪು ಹರಡದಂತೆ ರಕ್ಷಿಸಬಹುದು. ಮಿದುಳಿನ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಅರುಳು ಮರುಳಾಗದಂತೆ ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು...'' ಹೀಗೆಲ್ಲ ಕನಸು ಕಾಣುತ್ತಿದ್ದಾನೆ ಹಾರ್ಲೆ.

ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಖಂಡಿತ ಮನುಷ್ಯನಿಗೆ 'ಮೃತ್ಯುಂಜಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಸಮಸ್ಯೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ. ಟೀಲೋಮಿರೇಸನ್ನು ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಗೆ ನೀಡಿದರೆ ಅವು ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳಂತೆ ಲಂಗುಲಗಾಮಿಲ್ಲದೆ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಏನು ಗ್ಯಾರಂಟಿ ? ಹಾಗಿದ್ದ ಮೇಲೆ ಇಂತಹ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೆ ಕೈ ಹಾಕುವುದು ಎಷ್ಟರ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಉಚಿತ ? ಎಂದು ಪ್ರಶ್ನಿಸುತ್ತಾರೆ ಕೆಲವು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು. ಇವರ ಆಕ್ಷೇಪಣೆಯಲ್ಲಿ ಖಂಡಿತ ಹುರುಳಿದೆ.

ಎಲ್ಲಕ್ಕಿಂತ ಮುಖ್ಯ, ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ೧೦೦,೦೦೦ ವಂಶವಾಹಿಗಳಲ್ಲಿ ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ನಿಯಂತ್ರಕ ವಂಶವಾಹಿಯನ್ನು ಹುಡುಕುವುದು ಊಹಿಸಿದಷ್ಟು ಸುಲಭವಲ್ಲ !

'' ಗಡಿಯಾರ - ೧ ''

ಕ್ಯಾಲ್ವಿನ್ ಹಾರ್ಲೆ '' ಛಲಬಿಡದ ತ್ರಿವಿಕ್ರಮನಂತೆ'' ಟೀಲೋಮಿರೇಸ್ ನಿಯಂತ್ರಕ ವಂಶವಾಹಿಯ ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿರುವಾಗ, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮುದಿತನವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಇತರ ವಂಶವಾಹಿಗಳನ್ನು ಬೇಟೆಯಾಡಿದ್ದಾರೆ !

ಮ್ಯಾಕ್‌ಗಿಲ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಹೆಕೀಮಿ ನಡೆಸಿದ ಎಳೆಹುಳುಗಳ ಪ್ರಯೋಗದಿಂದ ವಂಶವಾಹಿಗಳು ಪತ್ತೆಯಾಗಿವೆ. ಎಳೆಹುಳುಗಳ ದೀರ್ಘಾಯಸ್ಸಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ವಂಶವಾಹಿಗಳು ಯಾವ ವರ್ಣಕಾಯದಲ್ಲಿವೆ ? ಎಂದು ಹುಡುಕಲು ಆರಂಭಿಸಿದನು ಹೆಕೀಮಿ. ಕೊನೆಗೆ ದೀರ್ಘಾಯಸ್ಸಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿದ್ದ ಉತ್ಪರಿವರ್ತಿತ ವಂಶವಾಹಿಯನ್ನು (ಮ್ಯುಟೇಟೆಡ್ ಜೀನ್) ಗುರುತಿಸಿ ಅದಕ್ಕೆ ''ಗಡಿಯಾರ-೧'' (ಕ್ಲಾಕ್-೧) ಎಂದು ನಾಮಕರಣ ಮಾಡಿದರು. ವಂಶವಾಹಿ ನಕ್ಷೆ (ಜೆನೆಟಿಕ್ ಮ್ಯಾಪಿಂಗ್) ಹಾಗೂ 'ನಕಲೀಕರಣ ' (ಕ್ಲೋನಿಂಗ್) ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ ಗಡಿಯಾರ-೧ ರ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಋಜುವಾತನ್ನು ಒದಗಿಸಿದರು.

ಗಡಿಯಾರ-೧ ವಂಶವಾಹಿಯು ಒಂದು ಪ್ರೋಟೀನನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಪ್ರೋಟೀನ್ ದೀರ್ಘಾಯಸ್ಸಿಗೆ ಕಾರಣ. ಗಡಿಯಾರ-೧ ರಂತೆ ದೀರ್ಘಾಯಸ್ಸಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ಇನ್ನೂ ಮೂರು ವಂಶವಾಹಿಗಳನ್ನು ಎಳೆಹುಳುವಿನಲ್ಲಿ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ ಹೆಕೀಮಿ.

ಹೆಕೀಮಿ ಒಂದು ಕ್ರಾಂತಿಕಾರಕ ಸಂಶೋಧನೆ ಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು. ಎಳೆಹುಳುವಿನ ದೀರ್ಘಾಯಸ್ಸಿಗೆ ಕಾರಣವಾದ ಗಡಿಯಾರ-೧ ವಂಶವಾಹಿಯು ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲೂ ಇರಬಹುದೆ?...ಹೆಕೀಮಿ ನಿರೀಕ್ಷೆ ಹುಸಿಯಾಗಲಿಲ್ಲ. ಗಡಿಯಾರ-೧ ವಂಶವಾಹಿಯ ರಚನೆಯಲ್ಲಿರುವ ಅಮಿನೋ ಆಮ್ಲಗಳ ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನೇ ಬಹುಪಾಲು ಹೋಲುವಂತಹ, ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಒಂದು ವಂಶವಾಹಿ ಮನುಷ್ಯರಲ್ಲೂ ಇತ್ತು!

'' ಎರಡು ವಿಭಿನ್ನ ಜೀವಿಗಳಲ್ಲಿ ಗಡಿಯಾರ-೧ರ ವಿನ್ಯಾಸ ಒಂದೇ ರೀತಿಯಿದೆ. ಬಹುಶಃ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ಗಡಿಯಾರಗಳೆಲ್ಲ ಹೀಗೇ ಇರಬಹುದು. ಮನುಷ್ಯರ ಎಲ್ಲ ಜೈವಿಕ ಗಡಿಯಾರಗಳನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದರೆ.... ಅವುಗಳ ವೇಗವನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ನಿಧಾನಿಸಬಹುದು. ಹೆಚ್ಚು ಕಾಲಬದುಕಬಹುದು '' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಹೆಕೀಮಿ.

ಕ್ಯಾಲಿಫೋರ್ನಿಯದಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣಿನ ಹುಳುಗಳಿಗೆ ದೀರ್ಘಾಯಸ್ಸನ್ನು ಕರುಣಿಸಿದ ಮೈಕೇಲ್ ರಾಸ್, ಹುಳುಗಳಲ್ಲಿ ದೀರ್ಘಾಯಸ್ಸಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ಯಾವುದೇ ಗಡಿಯಾರವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿಲ್ಲ. ''ಹಣ್ಣಿನ ಹುಳುಗಳ ತಳಿಗಳನ್ನು ವರ್ಧಿಸಿದಂತೆ, ಮನುಷ್ಯರ ಸಂತಾನವನ್ನು ವೃದ್ಧಿಸುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ನಾವು ಇಂತಹ ಫ್ಯಾಸಿಸ್ಟ್ ವಿಧಾನವನ್ನು (ಹಿಟ್ಲರ್ ಆರ್ಯಕುಲ ಮಾತ್ರ ಇರಲಿ ಈ ಭೂಮಿಯಲ್ಲಿ ಎಂದಂತೆ) ಅನುಸರಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಸರಳವಾದ ಇತರ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಬೇಕಿದೆ '' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ರಾಸ್.

ವರ್ನರ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿ

ಸೀಟರ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ವೆಟೆರನ್ಸ್ ಅಫೇರ್ಸ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಸೆಂಟರ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಗೆರಾರ್ಡ್ ಶಿಲ್ಲೆನ್‌ಬರ್ಗ್ ವರ್ನರ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವ ವಂಶವಾಹಿಯನ್ನು ಪತ್ತೆಹಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ.

ವರ್ನರ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ರೋಗಿಗಳು ಎಲ್ಲರಂತೆ ಸಹಜವಾಗಿ ಬಾಲ್ಯ, ಶೈಶವ ಗಳನ್ನಾರಂಭಿಸಿದರೂ, ೨೦ ವರ್ಷಗಳಾಗುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ಇದ್ದಕ್ಕಿದ್ದಂತೆಯೇ ಮುದುಕರಾಗಲಾರಂಭಿಸುತ್ತಾರೆ, ಕಣ್ಣುಗಳಲ್ಲಿ ಪೊರೆ ಬೆಳೆಯಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ, ಸಿಹಿಮೂತ್ರ ರೋಗ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ, ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿ ಕೊಬ್ಬು ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ, ಹೃದಯ ರೋಗಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಮೂಳೆ ಟೊಳ್ಳಾಗಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ೪೦ರ ದಶಕದಲ್ಲಿ ಸಾವು ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ.

ಶಿಲ್ಲೆನ್‌ಬರ್ಗ್, ಅಕಾಲ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯವನ್ನು ತರುವ ವಂಶವಾಹಿಯನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿಯುವುದರ ಜೊತೆಗೆ, ಅದು ಹೇಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತದೆ? ಎಂಬುದನ್ನೂ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಿದ್ದಾರೆ. ಈ ವಂಶವಾಹಿಯು 'ಹೆಲಿಕೇಸ್ ' ಎಂಬ ಕಿಣ್ವವನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಹೆಲಿಕೇಸ್ DNAದಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಹೆಣೆದುಕೊಂಡಿರುವ ಎರಡು ಸುರುಳಿಗಳನ್ನು ''ಬಿಚ್ಚಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ '' ಈ ಹೆಲಿಕೇಸನ್ನು ತಡೆದರೆ ಅಕಾಲ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯ ಅಲ್ಲಿಗೇ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ!

'' DNAಗೆ ಆಗುವ ಆಘಾತದಿಂದ ವೃದ್ಧಾಪ್ಯದ ಲಕ್ಷಣಗಳು ತ್ವರಿತವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ ಎಂಬುದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿದೆ. DNAಗಳಿಗೆ ಆಘಾತ ಮಾಡುವ ಹೇಲಿಕೇಸನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವುದರಿಂದ ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡಬಹುದು. ಕೇವಲ ವರ್ನರ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿ ರೋಗಿಗಳಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ ಆರೋಗ್ಯವಂತರಲ್ಲೂ ಸಹ ಆಯುಷ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು'' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಶಿಲ್ಲೆನ್‌ಬರ್ಗ್.

ದೂರ.......... ಬಹುದೂರ!

ಸೀಟಲ್‌ನಲ್ಲಿನ ವಾಶಿಂಗ್‌ಟನ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ವರ್ನರ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾದ ವಂಶವಾಹಿಯನ್ನು ಅನ್ವೇಷಿಸಿದ ತಂಡದಲ್ಲಿ ಜಾರ್ಜ್ ಮಾರ್ಟಿನ್ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ''ವಂಶವಾಹಿ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ದೂರದಲ್ಲಿ, ಬಹುದೂರದಲ್ಲಿದೆ. ಏಕೆಂದರೆ ಮುಪ್ಪನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸುವ ಪ್ರಮುಖ ವಂಶವಾಹಿಗಳು ಕೆಲವಿದ್ದರೆ, ದೇಹದ ಹೊರವಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ೭,೦೦೦ ವಂಶವಾಹಿಗಳಿವೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ವಂಶವಾಹಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ, ಅವುಗಳಲ್ಲಿರುವ ' ಕಿ 'ಗಳನ್ನು ನಮಗಿಷ್ಟ ಬಂದಂತೆ ತಿರುಗಿಸುವುದು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಅಸ್ಸಾಧ್ಯವೇ ಸರಿ!.....''

ಚಿರಂಜೀವಿಗಳಾಗುವ ಭಾಗ್ಯ...ನಮ್ಮ ತಲೆಮಾರಿಗೆ ಖಂಡಿತ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆನ್ನಬಹುದು.

೧೨೦ರವರೆಗೆ.....

ಚಿರಂಜೀವಿಗಳಾಗುವುದು ಸದ್ಯಕ್ಕೆ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲವೆಂದು ಖಚಿತವಾಗಿರುವಾಗ, ಮುಪ್ಪನ್ನು ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಮಟ್ಟಿಗೆ ಮುಂದೂಡಬಹುದಾದ ಇತರ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ನಾವು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಾರದೇಕೆ?...ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ತರ್ಕಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

★ ಡಲ್ಲಾಸ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಟೆಕ್ಸಾಸ್ ಸೌಥ್ ವೆಸ್ಟರ್ನ್ ಮೆಡಿಕಲ್ ಸೆಂಟರಿನ ಜೆರ್ರಿಶಾ, ಕಾಯತುದಿಗಳನ್ನು ಕಾಯುವ ರಾಸಾಯನಿಕವನ್ನು ಸೃಜಿಸಿ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಮುದಿಯಾಗದಂತೆ ತಡೆಯಲು ಸಾಧ್ಯ ಎಂದು ಆ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದಾನೆ.

★ ಜೆರಾನ್ ಫಾರ್ಮಸ್ಯೂಟಿಕಲ್ಸ್‌ನಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳಿಗೆ 'ಚಿರಂಜೀವತ್ವ'ಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದ ಕಾಯತುದಿಯನ್ನು ನಾಶಮಾಡಿ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಕೋಶಗಳಿಗೆ 'ಮರಣದಂಡನೆ ' ವಿಧಿಸಿದ್ದಾರೆ.

★ ಗ್ಲೈಕೀಕರಣವನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವ ಪೈಮಾಗೆಡಿನ್‌ನಂತಹ ಔಷಧಗಳ ಸೃಜನೆಯಾಗುತ್ತಿವೆ!

★ ಮುಕ್ತ ರ್‍ಯಾಡಿಕಲ್‌ಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸಬಲ್ಲ ಪ್ರತಿಉತ್ಕರ್ಷಕಗಳಂತೂ ಈಗ ಸಾಕಷ್ಟಿವೆ!

ಆದರೂ....

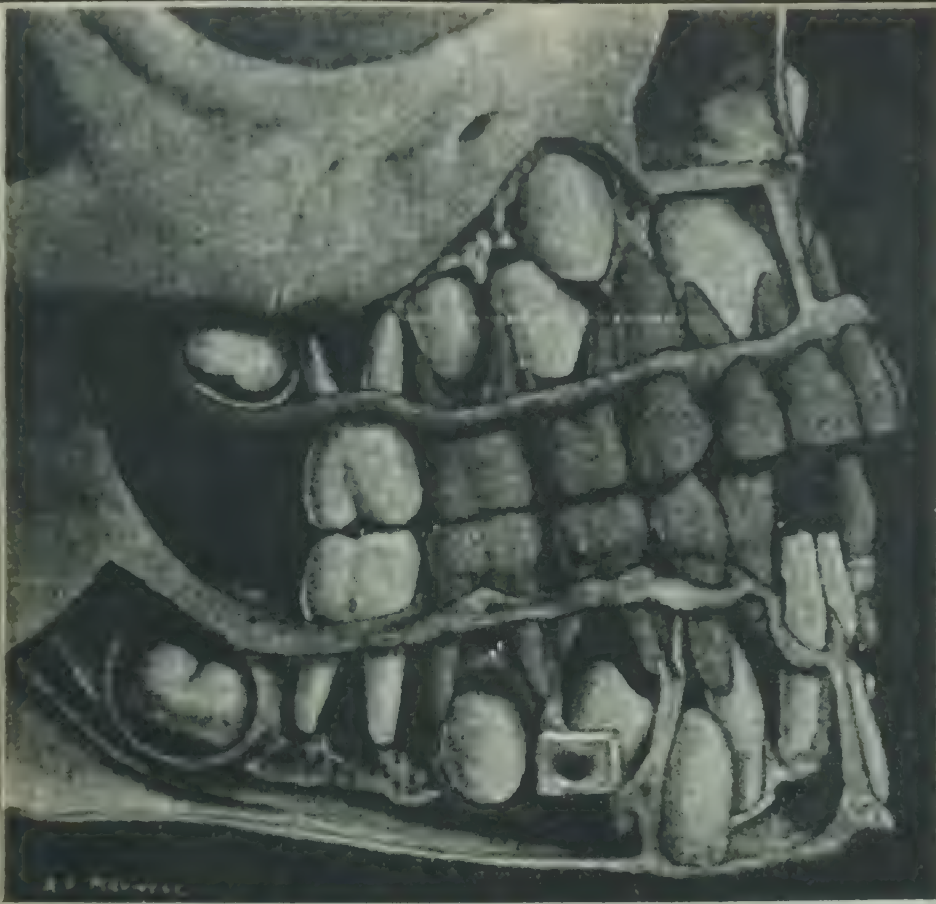
ಇವೆಲ್ಲ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳಿಂದ ಹಣ್ಣುಹುಳುಗಳ ದುಪ್ಪಟ್ಟು ಆಯಸ್ಸು ಎಳೆಹುಳುಗಳ ಐದುಪಟ್ಟು ಆಯಸ್ಸು ನಮಗೆ ಖಂಡಿತ ದೊರೆಯುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ....ನಮ್ಮ ' ನಿರೀಕ್ಷಿತ ಜೀವಿತಾವಧಿ'ಯನ್ನು ಮಾತ್ರ ನಿಸ್ಸಂಶಯವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು. ಪ್ರತಿಉತ್ಕರ್ಷ, ಪ್ರತಿ ಗ್ಲೈಕೀಕರಣಕ, ಕಾಯತುದಿ ವರ್ಧಕ ಔಷಧಗಳಾದಿಗಳು ಪ್ರಮಾಣಬದ್ಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ದೊರೆತಾಗ, ನಾವು ೧೨೦ ವರ್ಷಗಳವರೆಗೆ ಬದುಕಬಹುದು.

ಮೃತ್ಯುಂಜಯರಾಗುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಖಂಡಿತ ಮುಪ್ಪನ್ನು ಮುಂದೂಡಬಹುದು!

ಮುಂದಿನ ಭಾಗ

ಆಯುಷ್ಯವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವ ಔಷಧಗಳು.

● ಡಾ. ಪ್ರೇಮಲತಾ ಬಿ.



ಹಲ್ಲುಗಳು

ಬಾಯ್ದೆರೆದರೆ ಫಳ್ಳನೆ ಹೊಳೆಯುವ ಹಲ್ಲಿ ಸೌಂದರ್ಯ ಇಡೀ ಮುಖದ ಅಂದವನ್ನೇ ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ. ಹುಟ್ಟುವಾಗ ಬೊಚ್ಚುಬಾಯಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹಾಲುಗಲ್ಲುಗಳು ಮೂಡಿ ಮಾಯವಾಗಿ, ನಂತರ ಗಟ್ಟಿ ಹಲ್ಲುಗಳು ಹುಟ್ಟುವವು. ಈ ಹಲ್ಲುಗಳು ಹುಟ್ಟುವ ಬಗೆ, ತಗುಲುವ ರೋಗ ಕುರಿತಂತೆ, ಅಲ್ಲದೇ ದಂತಾರೋಗ್ಯದ ಬಗೆಗಿನ ಖಚಿತ ಮಾಹಿತಿ, ಆ ಪಿರಿತಾದ ಮೂಢ ನಂಬಿಕೆಗಳನ್ನು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರು ತಿಳಿಯುವುದು ಅತ್ಯವಶ್ಯ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ತನ್ನ ಜೀವಿತದಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ೫೨ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾನೆ. ೨೦ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ೩೨ ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು. ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದಾಗ, ಮಗುವಿನ ಬಾಯಲ್ಲಿ ನಾಲಿಗೆಯ ಅಕ್ಕಪಕ್ಕ ಮತ್ತು ಅಂಗಳದ ಅಕ್ಕಪಕ್ಕ ಕೇವಲ ವಸಡಿನ ಸಿಂಬೆ (Gum pads)ಯಷ್ಟೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಹಲ್ಲುಗಳಿರುವುದಿಲ್ಲ.

ಅತಿ ವಿರಳವಾಗಿ ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಹುಟ್ಟುವಾಗಲೇ ಮಗುವಿನ ಬಾಯಲ್ಲಿ ಒಂದೆರಡು ಹಲ್ಲುಗಳಿರ ಬಹುದು (Neonatal teeth) ಇದು ಪವಾಡ ವನ್ನೋ, ಮಗು ದೈವಾಂಶ ಸಂಭೂತವೆಂಬುದನ್ನೋ ಬಿಂಬಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲಕಾಲದ ನಂತರ ಆದರೆ, ಅತಿಬೇಗ ಈ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಿದ್ದುಹೋಗುತ್ತವೆ. ಇವು ಆರೋಗ್ಯಪೂರ್ಣ ಹಲ್ಲುಗಳಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಕಾರಣ ಇವು ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಲವಣೀಕೃತವಾದ ಹಲ್ಲುಗಳಾ ಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಮೊದಲೇ ಹೇಳಿದಂತೆ ಅತಿ ವಿರಳವಾಗಿ ಇದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವೆ.

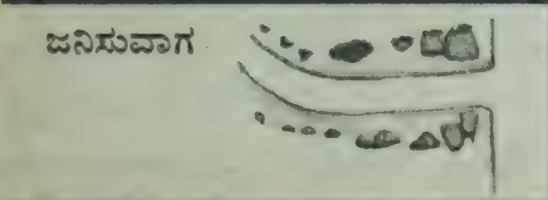
ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳು ಮತ್ತು ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು ಎಂದು ದೇವರೇಕೆ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದ ಎಂಬ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜಿಜ್ಞಾಸೆಯಿದೆ. ಆದರೆ, ಉತ್ತರ ಸುಲಭವಾಗಿದೆ. ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಪುಟ್ಟದಾಗಿರುವ ಮಗು ವರ್ಷಕಳೆದಂತೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತ ಹೋಗುವುದನ್ನು ಕಾಣುತ್ತೇವಷ್ಟೇ. ಅಂತೆಯೇ ದವಡೆಯೂ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಮಗು ಹಾಲು ಇನ್ನಿತರ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಮೇಲೆ ಅವಲಂಬಿತ ವಾಗಿರುವಷ್ಟು ಕಾಲ ಯಾವ ಹಲ್ಲೂ ಮಗುವಿನ ಬಾಯಲ್ಲಿ ಇರಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತನಿಗೆ ಕಂಡಿಲ್ಲವೇನೋ. ಅದಕ್ಕೆಂದೇ ಮಗು ತನ್ನ ಆಹಾರ ವಿಧಾನವನ್ನು ಬದಲಾಯಿಸುವ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಹಲ್ಲುಗಳು ಮೂಡತೊಡಗುತ್ತವೆ. ಮಕ್ಕಳ ಬಾಯಿ ಹಿರಿದಾಗಿ ವರ್ಷಗಳುರುಳಿದ ಮೇಲೆ ಈ ಹಲ್ಲುಗಳು ಉದುರಿ, ಬಾಯಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವಷ್ಟೂ ಜಾಗವನ್ನು ತುಂಬಲು ೨೦ ಹಲ್ಲುಗಳ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಅವಕ್ಕಿಂತ ಹಿರಿಯದಾಗಿರುವ ೩೨ ಹಲ್ಲುಗಳು ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ!

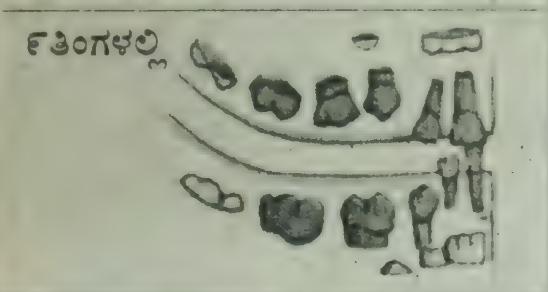
ಸೃಷ್ಟಿಯ ಕರಾರುವಾಕ್ ನಿರ್ಣಯ, ನಿಗದಿತ ಕಾಲಕ್ರಮ ಎಷ್ಟೊಂದು ಸೋಜಿಗವಲ್ಲವೇ?

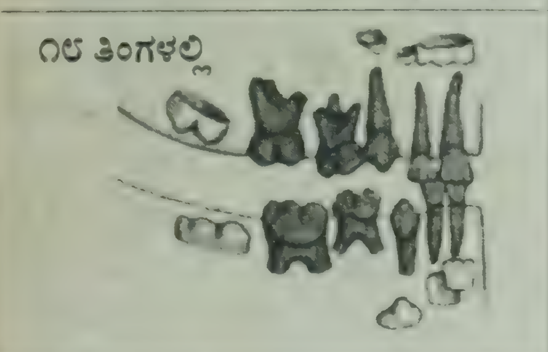
ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು :

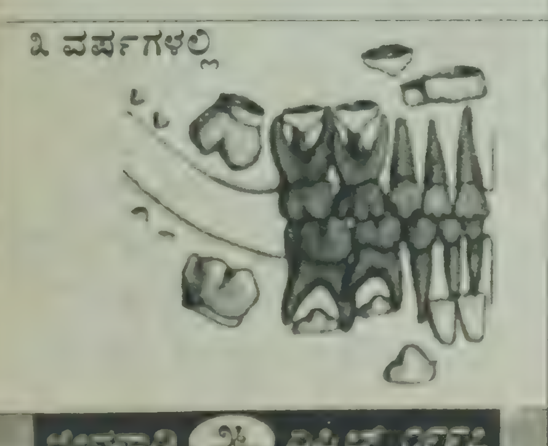
ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಒಟ್ಟು ೨೦, ಇವುಗಳನ್ನು

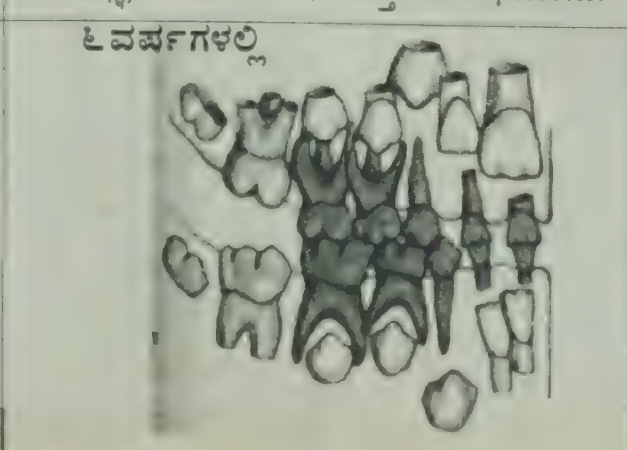
ಹಲ್ಲುಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ

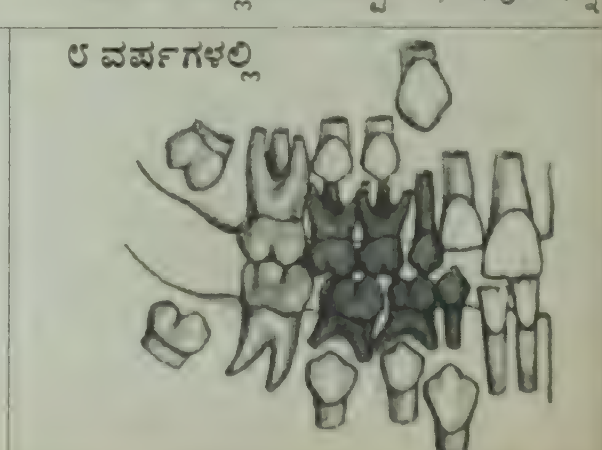












ನಾವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎ, ಬಿ, ಸಿ, ಡಿ, ಇ ಎಂದು ಹೆಸರಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇಂತಹ ನಾಲ್ಕು ವಿಭಾಗಗಳಿವೆ. ಮೇಲ್ದವಡೆಯ ಎಡ ಮತ್ತು ಬಲಬದಿಯ ವಿಭಾಗಗಳು ಮತ್ತು ಅದರಂತೆಯೇ ಕೆಳದವಡೆಯ ವಿಭಾಗಗಳು. ಇದನ್ನು ಸರಳೀಕೃತಗೊಳಿಸಿ ಬರೆಯುವುದಾದರೆ ಹೀಗೆ ಬರೆಯಬಹುದು.

ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು	ಮೇಲ್ದವಡೆ	ಇಡಿಸಿಬಿಎ	ಎಬಿಸಿಡಿಇ
	ಕೆಳದವಡೆ	ಇಡಿಸಿಬಿಎ	ಎಬಿಸಿಡಿಇ

ಪ್ರತಿ ವಿಭಾಗದಲ್ಲಿ ಎರಡು ಬಾಚಿಹಲ್ಲು, ಒಂದು ಕೋರೆಹಲ್ಲು ಮತ್ತು ಎರಡು ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲುಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಅಂಕೆಯಲ್ಲಿ ಹೀಗೆ ಗುರುತಿಸಬಹುದು.

↑		೨		೧		೨
	ಬಾ		ಕೋ		ಅ	
↓		೨		೧		೨

ಒಟ್ಟು ಇಂತಹ ನಾಲ್ಕು ವಿಭಾಗವಿದ್ದು ೨೦ ಹಲ್ಲುಗಳಿರುತ್ತವೆ

ಮಗುವಿಗೆ ವರ್ಷಗಳುರುಳಿದಂತೆ, ಯಾವುದೇ ರೋಗದ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ, ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳ ಬೇರುಗಳು ಕರಗಿ, ಅವು ಉದುರಿಹೋಗುತ್ತವೆ. ಅವು ಬೀಳಲು ಕಾರಣ ದವಡೆಯಲ್ಲಿ ಆಗತಾನೇ ರೂಪುಗೊಂಡು ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳ ಒತ್ತಡವೂ ಒಂದೆಂಬ ಪ್ರತಿಪಾದನೆಯಿದೆ.

ಒಬ್ಬ ತಾಯಿ ತ್ರನ್ನ ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತಿರುವ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸುವುದಾದರೆ, ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಹೀಗೆ ಮೂಡುತ್ತವೆ.

ಮೊದಲ ಆರು - ಏಳು ತಿಂಗಳು ಯಾವುದೇ ಹಲ್ಲಿರುವುದಿಲ್ಲ. ನಂತರ ಮೊದಲ ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಮಗುವಿನ ಬಾಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದಾದ ಮೇಲೆ ತಿಂಗಳುಗಳ ಅಂತರದಲ್ಲಿ ಮಿಕ್ಕ ಹಲ್ಲುಗಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ.

ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು

	ಮೇಲ್ದವಡೆ	ಕೆಳಗಿನ ದವಡೆ
ಮಧ್ಯದ ಬಾಚಿ ಹಲ್ಲು	೭೧/೨ ತಿಂ.	೬೧/೨ ತಿಂ.
ಪಕ್ಕದ ಬಾಚಿ ಹಲ್ಲು	೮ ತಿಂ.	೭ ತಿಂ.
ಮೊದಲ ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲು	೧೨-೧೬ ತಿಂ.	೧೨-೧೬ ತಿಂ.
ಕೋರೆ ಹಲ್ಲು	೧೬-೨೦ ತಿಂ.	೧೬-೨೦ ತಿಂ.
೨ನೇ ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲು	೨೦-೩೦ ತಿಂ.	೨೦-೩೦ ತಿಂ.

ಬೀಳುವಿಕೆ

ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಕ್ರಮ ಹೀಗೆ ಹುಟ್ಟಿದರೂ, ಅವು ಬೀಳುವುದು ಮಾತ್ರ ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೇರೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ಬೇಗನೇ ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಬಿದ್ದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಹುಳುಕು ಹಲ್ಲಿನ ನೋವಿನ ಕಾರಣದಿಂದ ತೆಗೆಸಬೇಕಾದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳು ಕೆಲಕಾಲ ಹಲ್ಲಿಲ್ಲದೇ ಇರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಲು ಹಲ್ಲು ಸಹಜವಾಗಿ ಬೀಳದೆ, ಬೇರೆಯ ಕಾರಣದಿಂದ ಉದುರಿದಾಗ ಕೂಡ ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು ಕೂಡಲೇ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂಬ ನಿಯಮವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇಂತಹ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಪೋಷಕರು ವಿನಾಕಾರಣ ಕಳವಳಕ್ಕೊಳಗಾಗುವುದು ಸರಿಯಲ್ಲ. ಹಾಲು ಹಲ್ಲಿನಂತೆ ಪ್ರೌಢಹಲ್ಲುಗಳಿಗೂ ಹುಟ್ಟಲು ನಿಗದಿತ ವೇಳೆಯಿದೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದಿದ್ದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು

ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು ಒಟ್ಟು ೩೨. ಇವನ್ನು ಅಂಕೆಗಳಿಂದ ಗುರುತಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇವನ್ನು ಮೇಲಿನ ಮತ್ತು ಕೆಳಗಿನ ಎಡ, ಬಲ ವಿಭಾಗಗಳೆಂದು ವಿಂಗಡಿಸಿದ್ದೇವೆ. ಇದನ್ನು ಹೀಗೆ ತೋರಿಸಬಹುದು.

ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು	ಮೇಲ್ದವಡೆ	೮೭೬೫೪೩೨೧	೧೨೩೪೫೬೭೮
	ಕೆಳದವಡೆ	೮೭೬೫೪೩೨೧	೧೨೩೪೫೬೭೮

ಅಂಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬಾಚಿಹಲ್ಲು (Incisors) ಕೋರೆಹಲ್ಲು (Camines) ಎರಡು ಶೃಂಗದ ಹಲ್ಲುಗಳು (Bicuspide) ಮತ್ತು ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು (Molars) ಹೀಗೆ ತೋರಿಸಬಹುದು.

↑		೨		೧		೨		೩
	ಬಾ		ಕೋ		ಎ.ಶೃ.		ಅ	
↓		೨		೧		೨		೩

ಎಲ್ಲ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಇರುವಾಗಲೇ ಮೊದಲ ಪ್ರೌಢಹಲ್ಲು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಇವು ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ವರ್ಷಗಳವನ್ನವಲಂಬಿಸಿ ಹೀಗೆ ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ.

ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು

	ಮೇಲ್ದವಡೆ	ಕೆಳಗಿನ ದವಡೆ
ಮೊದಲ ಬಾಚಿ ಹಲ್ಲು	೭-೮ ವ.	೬-೭ ವ.
೨ನೇ ಬಾಚಿ ಹಲ್ಲು	೮-೯ ವ.	೭-೮ ವ.
ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲು-೧	[illegible]-೭ ವ.	೬-೭ ವ.
೨ ಶೃಂಗದ ಹಲ್ಲು-೧	೧೦-೧೧ ವ.	೧೦-೧೨ ವ.
೨ ಶೃಂಗದ ಹಲ್ಲು-೨	[illegible]-೧೨ ವ.	೧೧-೧೨ ವ.
ಕೋರೆ ಹಲ್ಲು	೧೧-೧೨ ವ.	೯-೧೦ ವ.
ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲು-೨	೧೨-೧೩ ವ.	೧೧-೧೩ ವ.
ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲು-೩	೧೭-೨೧ ವ.	೧೭-೨೧ ವ.

ಪ್ರೌಢಹಲ್ಲುಗಳು ಉದುರಲು ನಿಗದಿತ ಸಮಯವೇನಿಲ್ಲ. ಅದು ಮತ್ತೆ, ವ್ಯಕ್ತಿಯಿಂದ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಬೇರೆ ಕಾರಣಗಳಿಂದ ಮತ್ತು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಆಗುತ್ತದೆ. ಬಹಳ ವಯಸ್ಸಾದಾಗ ಹಲ್ಲುಗಳು ಸಡಿಲಗೊಂಡು ಅವನ್ನು ತೆಗೆಸಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಬೀಳಬಹುದು.

ಕಾರ್ಯಗಳು

ಬಾಚಿ ಹಲ್ಲುಗಳು ಆಹಾರವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿದರೆ, ಕೋರೆಹಲ್ಲು ಅದನ್ನು ಸೀಳುತ್ತದೆ. ಮಿಕ್ಕ ಹಲ್ಲುಗಳು ಆಹಾರವನ್ನು ಒಂದು ಪೇಸ್ಟಿನ ಹದಕ್ಕೆ ತರುತ್ತವೆ. ಬಾಯಲ್ಲಿ ಆಹಾರ ಚಲನೆಗೆ ನಾಲಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಹಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಆಹಾರದೊಡನೆ ಬೆರೆಯುವ ಲಾಲಾರಸ ಕೂಡ ಆಹಾರ ಜೀರ್ಣಗೊಳ್ಳಲು ಅನುಕೂಲ ಮಾಡಿಕೊಡುತ್ತದೆ.

ಇವೇ ಹಲ್ಲುಗಳು ಶಬ್ದಗಳ ಉಚ್ಚಾರದಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಸಹಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಆಕಸ್ಮಿಕ ಕೆಲವು ಹಲ್ಲುಗಳು ಉದುರಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಉಚ್ಚಾರದಲ್ಲಿ ಗಾಳಿಯ ಟಸ್-ಪುಸ್ ಕೂಡ ಸೇರಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮ ಸ್ಪಷ್ಟ ಉಚ್ಚಾರದ ವಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ಕೆಡಿಸುತ್ತವೆ.

ಅದರಂತೆಯೇ ತುಂಬುಕೆನ್ನೆ ಕೂಡ ಹಲ್ಲುಗಳ ಆಧಾರದಿಂದಲೇ ಕಾಯುವುದು. ಹಲ್ಲಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ, ಕೆನ್ನೆ ಜೋತುಬಿದ್ದು, ಬೇಗನೆ ವಯಸ್ಸಾದವರಂತೆ ಕಾಣಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಕೋರೆಹಲ್ಲು ಸೌಂದರ್ಯ ವರ್ಧಿಸುವಂತೆ, ತುಟಿಗಳನ್ನು ಬೆಂಬಲಿಸುತ್ತದೆ. ಬಾಚಿಹಲ್ಲುಗಳು ನಗುವಾಗ ಮೊದಲು ಕಾಣುವುದರಿಂದ ನಗುವಿನ ಸೌಂದರ್ಯ ದಲ್ಲಿ ಬಹುಪಾಲು ಪಡೆಯುತ್ತವೆ. ಅದೇ ರೀತಿ ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲುಗಳಿಲ್ಲದಿದ್ದಲ್ಲಿ ಆಹಾರದ ಜೀರ್ಣತೆಯ ಸಮಸ್ಯೆ

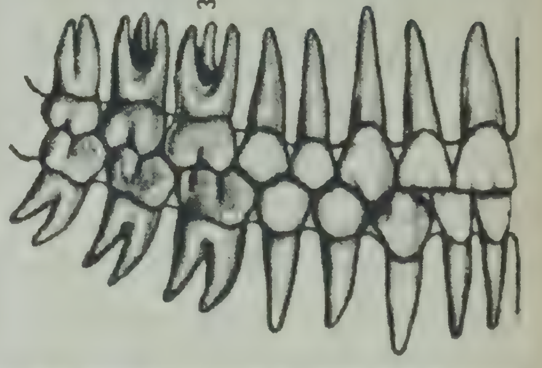
(೨೯ನೇ ಪುಟಕ್ಕೆ)

ಇದುವರೆಗಿನ ೧೦ ಹಲ್ಲಿನ ಚಿತ್ರಗಳಲ್ಲಿ :

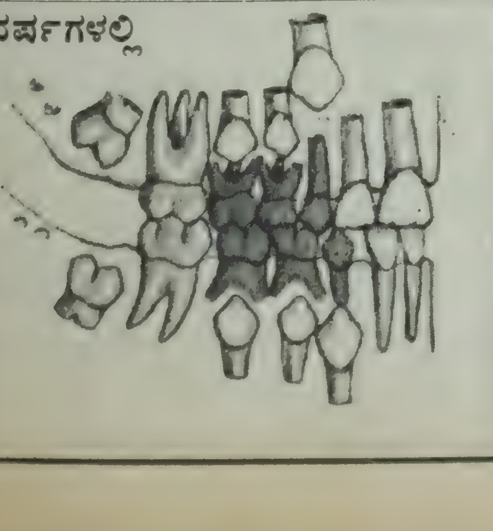
(೧) ಕಪ್ಪಾಗಿ ಕಾಣುವ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬೇಗನೆ ಬಿದ್ದು ಹೋಗುವ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು.

(೨) ಬಿಳಿ ಹಲ್ಲುಗಳು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿಯುವವು.

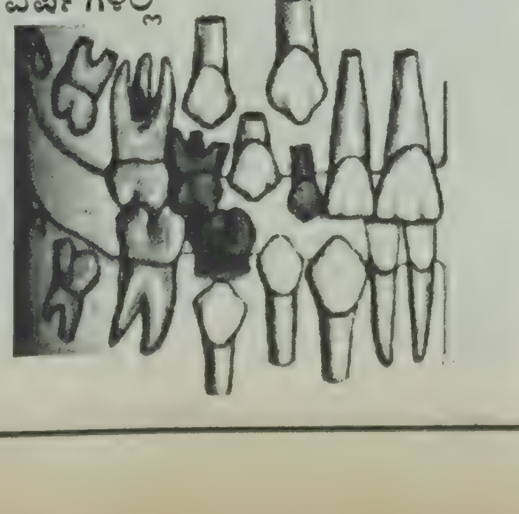
೨೧ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ



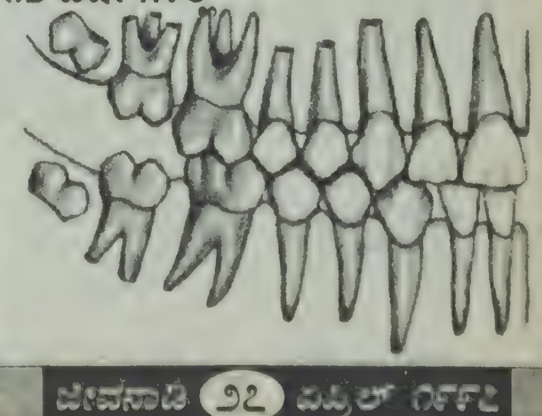
೯ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ



೧೦ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ



೧೨ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ



ನೀವೂ ಪ್ರಬಂಧ ಬರೆಯಿರಿ

ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ವಿಶೇಷ ಅಂಕಣ



ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ವಿಶೇಷ ಅಂಕಣ ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ ಸಂಪಟೂರು ವಿಶ್ವನಾಥ್‌ರವರು ನಿವೃತ್ತ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯರು. ಈಗಾಗಲೇ ಎರಡು ಬಾರಿ ಕರ್ನಾಟಕ ರಾಜ್ಯದ ಉತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ಪ್ರತಿಭಾವಂತರು. ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಸಾಕಷ್ಟು ಕಥಾ-ಕೃಷಿಯನ್ನು ಮಾಡಿದ ಇವರು ಕೈಯಾಡಿಸದ ಸಾಹಿತ್ಯ ಕ್ಷೇತ್ರವಿಲ್ಲ. ಈಗ ಜೀವನಾಡಿಯಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ವಿಶೇಷ ಪ್ರಬಂಧ ಸ್ಪರ್ಧೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದ್ದು ಅತ್ಯಂತ ಸಂತಸಕರ.

ನೀವೆಲ್ಲಾ ಮಾತಾಡುತ್ತೀರಿ, ಓದುತ್ತೀರಿ, ಬರೆಯುತ್ತೀರಿ, ರೇಡಿಯೋ ಕೇಳುತ್ತೀರಿ, ಟಿ.ವಿ. ನೋಡುತ್ತೀರಿ. ಇದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮಾಡೋದರಿಂದ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರೋದನ್ನ ಬೇರೆಯವರಿಗೆ ತಿಳಿಸುತ್ತೀರಿ. ಅಲ್ಲದೇ ಬೇರೆಯವರ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರೋದನ್ನೂ ನೀವು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲದರಿಂದ ನೀವು ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ನೀವೆಲ್ಲಾ ಬಹಳ ಚಿಕ್ಕವರಾಗಿದ್ದಾಗಿನಿಂದ ಮಾತಾಡುತ್ತಾ ಇದ್ದೀರಿ. ಮಾತು ಬಂದ ತಕ್ಷಣ ಓದೋದಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆಯೇ? ಓದುವುದಕ್ಕೆ ಬಂದ ತಕ್ಷಣ ಬರೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆಯೇ ? ಬರೆಯುವುದಕ್ಕೆ ಬರುವವರೆಲ್ಲಾ, ಏನಾದರೂ ಬರೆದೇ ಬರೆಯುತ್ತಾರೆಯೇ ?

ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರ ನಿಮಗೇ ಗೊತ್ತು. ಮಾತು ಆಡುವುದನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಯತ್ನಪೂರ್ವಕವಾಗಿ ಕಲಿಯಬೇಕೋ, ಹಾಗೆಯೇ, ಓದುವುದನ್ನು, ಬರೆಯುವುದನ್ನು ಪ್ರಯತ್ನಪೂರ್ವಕವಾಗಿಯೇ ಕಲಿಯಬೇಕು. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಾಯಿ, ತಂದೆ, ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಗುರುಗಳು ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನದಲ್ಲಿ ಸಹಾಯ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ.

ಶಾಲಾ ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ವ್ಯಾಸಂಗ ಮಾಡುತ್ತಾ ಇರೋ ನಿಮಗೆಲ್ಲಾ ಗೊತ್ತಿರೋ ಹಾಗೆ, ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಪಾಸಾಗಿ, ಮುಂದಿನ ತರಗತಿಗೆ ಹೋಗಬೇಕಾದರೆ, ನೀವು ಉತ್ತರ ಗಳನ್ನು, ಬರೆಯಬೇಕು. ಗೊತ್ತಾದ ವೇಳಾ ಪಟ್ಟಿಯ ಪ್ರಕಾರ, ನಿಗದಿತ ಸಮಯದಲ್ಲಿ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶದಲ್ಲಿ ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ, ಬರೆಯಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡಲು ಸತತ ಅಭ್ಯಾಸ ಹಾಗೂ ಗುರುಗಳ ಮಾರ್ಗ ದರ್ಶನ ಅಗತ್ಯ.

ಪರೀಕ್ಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲು ಬಯಸುವ ನಿಮ್ಮ ಬರವಣಿಗೆಗೂ ಸಂತೋಷಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಜೀವನೋಪಾಯಕ್ಕಾಗಿ ಅಥವಾ ಸೃಜನಾತ್ಮಕವಾಗಿ ಹೊಸದನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲು ಅಥವಾ ವೃತ್ತಿಧರ್ಮದಿಂದ ಬರೆಯುವ ಲೇಖಕರ ಬರವಣಿಗೆಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿರುತ್ತವೆ. ನೀವಿನ್ನೂ ಕಲಿಯುತ್ತಿದ್ದೀರಿ. ಅವರು ಕಲಿತಿದ್ದಾರೆ.

ಮಾತನಾಡುವ ಭಾಷೆಗೂ, ಬರೆಯುವ ಭಾಷೆಗೂ ಕೆಲವು ವ್ಯತ್ಯಾಸಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಏನೇ ಬರೆಯಬೇಕಾದರೂ, ಬರೆಯಬೇಕಾದ ವಿಷಯ ತಿಳಿದಿರಬೇಕು ಹಾಗೂ ಬರೆಯುವ ಕ್ರಮ ಗೊತ್ತಿರಬೇಕು.

ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಸ್ವತಃ ಓದುವುದರಿಂದ ವಿಷಯ ಸಂಗ್ರಹಣೆ ಮಾಡಬಹುದು. ಬರೆಯುವ ಕ್ರಮ ಹಾಗೂ ಶೈಲಿ ಮಾತ್ರ ಸ್ವತಃ ಬರೆಯುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಬರೆಯಲು ಬಲ್ಲವರು, ಕಥೆ, ಕವನ, ಪತ್ರ, ಸಂಭಾಷಣೆ, ಪ್ರವಾಸಕಥನ, ನಾಟಕ, ಕಾದಂಬರಿ ಅಥವಾ ಪ್ರಬಂಧ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಬರೆಯಬಹುದು.

ಈಗ ನಾವು ಪ್ರಬಂಧ ಬರೆಯುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ಮುಖ್ಯ ಅಂಶಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸೋಣ.

ಪ್ರಬಂಧ ಅಥವಾ 'ಎಸ್ಸೆ' ಎನ್ನುವ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪ್ರಕಾರ ಮೊದಲು ರೂಪ ತಳೆದಿದ್ದು, ಫ್ರಾನ್ಸ್ ದೇಶದಲ್ಲಿ, 'ಎಸ್ಸೆ' ಎಂದರೆ ಒಂದು ಪ್ರಯೋಗ, ಪ್ರಯತ್ನ, ಉದ್ಯಮ ಎಂದು ಅರ್ಥ. ಮೊದಲ ಪ್ರಬಂಧ ಬರೆದ ಕೀರ್ತಿ ಫ್ರಾನ್ಸ್‌ನ ಮಾಂಟೀನ್‌ಗೆ ಸೇರುತ್ತದೆ. ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಸಿದವನು ಅಬ್ರಹಾಂ ಕೌಲಿ. ನಂತರ ೧೭೦೯ರಲ್ಲಿ 'ಟಾಟ್ಲರ್' ಮತ್ತು 'ಸ್ಪೆಕ್ಟೇಟರ್' ಎನ್ನುವ ಇಂಗ್ಲೆಂಡಿನ ನಿಯತಕಾಲಿಕಗಳಲ್ಲಿ ರಿಚರ್ಡ್ ಸ್ಟೀಲ್ ಮತ್ತು ಜೋಸೆಫ್ ಅಡಿಸನ್‌ರ ಪ್ರಬಂಧಗಳು ಅನುಕ್ರಮವಾಗಿ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡವು.

ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಪ್ರಬಂಧ ಸಂಕಲನ ಪ್ರಕಟವಾದುದ್ದು ೧೮೮೮ರಲ್ಲಿ. ಅದು 'ಲೋಕ ರಹಸ್ಯ.' ಬಂಕಿಮಚಂದ್ರರ ಈ ಬಂಗಾಳೀ ಪ್ರಬಂಧಗಳನ್ನು ಬಿ. ವೆಂಕಟಾಚಾರ್ಯರು ಕನ್ನಡಕ್ಕೆ ಅನುವಾದಿಸಿದರು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರಬಂಧ ಎಂಬ ಪದಕ್ಕೆ, ಲಘುಪ್ರಬಂಧ, ನಿಬಂಧ, ಹರಟೆ, ಲಲಿತಪ್ರಬಂಧ ಎಂಬ ಪದಗಳನ್ನೂ ಸಮಾನಾರ್ಥಕವಾಗಿ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಪ್ರಬಂಧಕ್ಕೆ ವಿಷಯ ಇಂಥದೇ ಇರಬೇಕು ಎಂದಿಲ್ಲ. ಲೇಖಕ ತನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅದು ಹೋದಂತೆ ಹರಿಯಬಿಡುತ್ತಾನೆ. ಇದನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕಾದರೆ ಕೆಲವು ಮಾದರಿಗಳನ್ನು ಅಗತ್ಯ ವಾಗಿ ಓದಿ ಮನನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಇಂಗ್ಲಿಷ್‌ನಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವವಿಖ್ಯಾತ ಪ್ರಬಂಧಕಾರರೆಂದರೆ ಚಾರ್ಲ್ಸ್ ಲ್ಯಾಂಬ್, ಫ್ರಾನ್ಸಿಸ್ ಬೇಕನ್, ಆಲಿವರ್ ಗೋಲ್ಡ್‌ಸ್ಮಿತ್, ಸಾಮ್ಯುಯಲ್ ಜಾನ್ಸನ್ ಈ ವಿ. ಲ್ಯುಕಾಸ್ , ಲಿಂಡ್, ಜಿ.ಕೆ. ಚೆಸ್ಟರ್ ಟನ್, ಜೆ.ಬಿ. ಪ್ರಿಸ್ಟ್ಲಿ, ಎ.ಜಿ. ಗಾರ್ಡ್‌ನರ್, ರಾಲ್ಸ್ ವಾಲ್ಡೊಎಮರ್ಸ್‌ನ್, ಜಾನ್ ರಸ್ಕಿನ್, ಡೇವಿಡ್ ಥೊರೊ, ಮ್ಯಾಥ್ಯುಆರ್ನಾಲ್ಡ್ ಮತ್ತು ಆರ್.ಎಲ್. ಸ್ಟೀವನ್‌ಸನ್.

ಕನ್ನಡ ಪ್ರಬಂಧಗಳನ್ನು ವಿಷಯಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಮುನ್ನುಡಿ, ಚಿಂತನಪರ, ಚಾರಿತ್ರಿಕ, ಐತಿಹಾಸಿಕ, ವೈಜ್ಞಾನಿಕ, ವಿಮರ್ಶಾತ್ಮಕ ಸ್ವಭಾವ ವಿಭಜನಾತ್ಮಕ, ಲಘುಕಥಾತ್ಮಕ, ವರ್ಣನಪರ, ಪತ್ರಪ್ರಬಂಧ, ಹರಟೆ, ವ್ಯಕ್ತಿ ಚಿತ್ರ ಮತ್ತು ಸ್ಮೃತಿ ಚಿತ್ರಗಳು ಎಂದು ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಕನ್ನಡದಲ್ಲಿ ನೀವು ಓದಲೇ ಬೇಕಾದ ಪ್ರಬಂಧಗಳನ್ನು ಬರೆದು ಪ್ರಖ್ಯಾತರಾದವರೆಂದರೆ ದ.ರಾ. ಬೇಂದ್ರೆ, ವಿ.ಕೃ. ಗೋಕಾಕ್, ಮಾಸ್ತಿವೆಂಕಟೇಶ ಐಯ್ಯಂಗಾರ್, ಕುವೆಂಪು, ಸಿದ್ದವನಹಳ್ಳಿ ಕೃಷ್ಣ ಶರ್ಮ, ಆಲೂರ ವೆಂಕಟರಾಯರು, ಕೋಟ ಶಿವರಾಮ ಕಾರಂತರು, ಗೋರೂರು ರಾಮ ಸ್ವಾಮಿ ಐಯ್ಯಂಗಾರ್, ವಿ.ಜಿ. ಕುಲಕರ್ಣಿ, ಸಿ.ಕೃಷ್ಣ, ರಂ.ಶ್ರೀ. ಮುಗಳಿ, ಡಿ.ವಿ.ಜಿ., ಎಸ್.ಎಸ್.ಕೆ., ವಿ.ಸೀ., ಎ.ಎನ್. ಮೂರ್ತಿರಾವ್, ಜಿ.ವೆಂಕಟಸುಬ್ಬಯ್ಯ ಕೆ. ಲಕ್ಷ್ಮಣರಾವ್, ಪು.ತಿ. ನರಸಿಂಹಾಚಾರ್ಯ, ಗೋವಿಂದ ಪೈ, ಸದಾಶಿವ ಒಡೆಯರ್, ನಾ. ಕಸ್ತೂರಿ, ತೀ.ನಂ. ಶ್ರೀಕಂಠಯ್ಯ, ಶ್ರೀರಂಗ ಮತ್ತು ರಾಶಿ.

ಶಾಲಾ-ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿನಿಯರು ಬರೆಯುವ ಪ್ರಬಂಧಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಈಗ ಒಂದೆರಡು ಉಪಯುಕ್ತ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸೋಣ.

ಮೊದಲನೆಯದಾಗಿ, ನೀವು ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಕೆಲವು ಸೂಚನೆಗಳು.

೧. ನೀವು ಬರೆಯಬೇಕಾದ ವಿಷಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿರ್ದಿಷ್ಟವಾದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ.

೨. ಬರೆಯುವುದನ್ನು ನಿಮ್ಮದೇ ಆದ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಸರಳವಾಗಿ ಬರೆಯಿರಿ.

೩. ನೀವು ಓದಿದ ಯಾವ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಪ್ರಬಂಧಕಾರರ ಶೈಲಿಯನ್ನೂ ಅನುಕರಿಸಬೇಡಿ.

೪. ನೀವು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸೂಕ್ತವಾದ ಪದಗಳಲ್ಲಿ ವಿವರಿಸಿ.

೫. ನಿಮಗೇ ಅರ್ಥಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಪದವನ್ನು, ತಪ್ಪುಜಾಗದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸಬೇಡಿ.

೬. ಉದ್ದನೆಯ ವಾಕ್ಯಗಳಿಗಿಂತ ಕಡಿಮೆ ಪದಗಳಿಂದ ಕೂಡಿದ ಸಣ್ಣ ವಾಕ್ಯಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ.

೭. ಅವಶ್ಯಕ ವಿರಾಮ ಚಿಹ್ನೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಎಚ್ಚರ ವಹಿಸಬೇಕು. ತಪ್ಪು ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ತಪ್ಪು ಚಿಹ್ನೆಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುವುದರಿಂದಲೂ, ಬೇಕಾದ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಉಪಯೋಗಿಸದೆ ಇರುವುದರಿಂದ ಬರೆದಿರುವ ವಾಕ್ಯ ಅರ್ಥಹೀನವಾಗುತ್ತದೆ.

೮. ಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಒಂದು ಸಾರಿ ಬರೆದ ಮೇಲೆ, ತಪ್ಪುಗಳಿವೆಯಾ ? ಮುಖ್ಯ ಅಂಶವೇನಾದರೂ ಲೋಪವಾಗಿದೆಯಾ ? ಎಂದು ನೋಡಿ ತಿದ್ದಬೇಕು. ಅವಶ್ಯಕವಾದ ವಿಷಯವನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಸ್ಥಳದಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಬೇಕು.

೯. ಚರ್ಚಾಸ್ಪದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ನಿಮಗೆ ತೋಚಿದಂತೆ ವಿವರಿಸಿ ಯಾವ್ಯಾವುದೋ ತೀರ್ಮಾನಕ್ಕೆ ಬರಬೇಡಿ.

೧೦. ವಿಷಯವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಅನೇಕ ಮಾರ್ಗಗಳಿವೆ. ಅವೇ, ವೃತ್ತಪತ್ರಿಕೆ, ವಾರಪತ್ರಿಕೆ, ಮಾಸಪತ್ರಿಕೆಗಳು; ತಿಳಿದವರೊಂದಿಗೆ ಮಾತುಕತೆ, ರೇಡಿಯೋ, ಟಿ.ವಿ.ಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಾರವಾಗುವ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಪತ್ರವ್ಯವಹಾರ. ವಿಷಯ ಸಂಗ್ರಹಿಸಲು ಭಾಷೆ ಅಡ್ಡಿಯಾಗಬಾರದು. ನೀವು ಯಾವುದೇ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಬರೆದರೂ ಇತರ ಭಾಷೆಗಳಿಂದ ವಿಷಯವನ್ನು ಅಗತ್ಯವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬೇಕು.

೧೧. ಶಾಲಾಕಾಲೇಜು ಪ್ರಬಂಧಗಳಿಗೆ ಸಾಧಾರಣವಾಗಿ ಇಷ್ಟೇ ಸಾಲು, ಇಷ್ಟೇ ಪದ, ಇಷ್ಟೇ ಪುಟ ಇರಬೇಕೆಂದು ಸೂಚಿಸುತ್ತಾರೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಉದ್ದವನ್ನು ಮೀರದಂತೆ ಬರೆಯಬೇಕಾದರೆ ಅಭ್ಯಾಸ, ಪ್ರಯತ್ನ ಅತ್ಯಗತ್ಯ.

೧೨. ನಿಮಗೆ ತಿಳಿದದ್ದನ್ನೆಲ್ಲಾ ಬರೆಯುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ಕಾಲವೂ ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ, ಇತರ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಉತ್ತರಿಸಲು ಕಾಲಾವಕಾಶ ಇಲ್ಲದೆ ಹೋಗುವುದನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಗಮನಿಸಬೇಕು.

೧೩. ನಿಮ್ಮ ಬರವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಗಾದೆಗಳು, ಹೇಳಿಕೆಗಳು, ನುಡಿಗಟ್ಟುಗಳು ಮತ್ತು ಹಾಸ್ಯೋಕ್ತಿಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ, ಇದು ಪ್ರಬಂಧದ ಗುಣಮಟ್ಟವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಪ್ರಬಂಧಗಳನ್ನು ವೃತ್ತಾಂತ (Narrative), ವರ್ಣನಾತ್ಮಕ (Descriptive), ಆಲೋಚನಾತ್ಮಕ (Reflective), ವಿವರಣಾತ್ಮಕ (Expository), ವಿವಾದಶೀಲ (Argumentative) ಮತ್ತು ಊಹಾತ್ಮಕ ಎಂದು ವರ್ಗೀಕರಿಸುವುದು ರೂಢಿ. ಅಭ್ಯಾಸ ಹಂತದಲ್ಲಿ ನೀವು ಬರೆಯುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಬಂಧ ಯಾವ ರೀತಿಯದು ಎಂದು ಚಿಂತಿಸುವುದು ಅನಗತ್ಯ.

ಒಂದೇ ವಿಷಯವನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯುವುದು ಬಲ್ಲವರಿಗೆ ಸುಲಭ. ಈಗ ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದ ವರ್ಗೀಕರಣಕ್ಕೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಒಂದೊಂದು ವಿಷಯವನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತೇನೆ. ನೀವು, ವಿಷಯವನ್ನು ಈ ಮೊದಲು ೧೦ನೆಯ ಸೂಚನೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ ಹಾಗೆ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ, ಸೂಕ್ತ ಪ್ಯಾರಾಗಳಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ, ಸೂಕ್ತವಾದ ಪೀಠಿಕೆ ಮತ್ತು ಮುಕ್ತಾಯವನ್ನು ಯೋಚಿಸಿ ಬರೆಯಲು ಆರಂಭಿಸಿ.

೧. ನನ್ನ ಜೀವನದ ಅತಿ ಸಂತೋಷದ ದಿನ.

೨. ನನಗೆ ಪ್ರಿಯವಾದ ಪುಸ್ತಕ.

೩. ಸಮಯಪಾಲನೆ.

೪. ವಿಜ್ಞಾನದ ಉಪಯೋಗ ಮತ್ತು ದುರುಪಯೋಗ.

೫. ನಮ್ಮ ಅಜ್ಜಂದಿರಿಗಿಂತ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಸುಖವಾಗಿದ್ದೇವೆಯೇ ?

೬. ನಾನೇ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯನಾದರೇ ? (ಪ್ರಿನ್ಸಿಪಾಲ್ ಆದರೆ ?)

ಮೊದಲ ಪ್ರಯತ್ನವಾಗಿ, ನೀವೆಲ್ಲಾ '**ನಮ್ಮ ಅಜ್ಜಂದಿರಿಗಿಂತ ನಾವು ಹೆಚ್ಚು ಸುಖವಾಗಿದ್ದೇವೆಯೇ**' ಎಂಬ ವಿಷಯವನ್ನು ಕುರಿತು ಒಂದು ಫುಲ್‌ಸೈಜ್ ಹಾಳೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಕಡೆ ಸ್ಫುಟವಾಗಿ ಬರೆದು ಕಳುಹಿಸಿ.

ಪ್ರಬಂಧ ಕಳುಹಿಸಲು ಕಡೆಯ ದಿನಾಂಕ, ಏಪ್ರಿಲ್ ೩೦,

ಕಳುಹಿಸಬಕಾದ ವಿಳಾಸ :

ಜೀವನಾಡಿ, ಪ್ರಬಂಧ ಸ್ಪರ್ಧೆವಿಭಾಗ
ಸಂಪಟೂರು ವಿಶ್ವನಾಥ್
೫೯, ಪರ್ಣಿಕ ವೆಸ್ಟ್‌ಪಾರ್ಕ್ ರಸ್ತೆ
೧೬ನೇ ಕ್ರಾಸ್ ಮಲ್ಲೇಶ್ವರಂ.
ಬೆಂಗಳೂರು-೫೫

(೨೭ನೇ ಪುಟದಿಂದ)

ಹಲ್ಲುಗಳು

ಎದುರಾಗಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದಎಲ್ಲ ಹಲ್ಲುಗಳೂ ಮುಖ್ಯವಾದುವೇ ಆಗಿವೆ.

ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳ ಆರೈಕೆ

ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ಪ್ರೌಢಹಲ್ಲುಗಳಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕರಂತೆ ವರ್ತಿಸುತ್ತವೆ! ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಮತ್ತು ನೇರವಾಗಿ ವಸಡಿನ ಸಿಂಬೆಯ ಮೇಲೆ ಮೂಡಲು ಸಹಕರಿಸುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಡೆಗಣಿಸುವಂತಿಲ್ಲ. ಹಾಲು ಹಲ್ಲುಗಳು ನಿಗದಿತ ಸಮಯದವರೆಗೂ ತಮ್ಮ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿದ್ದರೆ, ಪ್ರೌಢ ಹಲ್ಲುಗಳು ಆ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ಸರಿಯಾಗಿ ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ನಾವು ವಕ್ರದಂತತೆಯನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದಾಗಿದೆ.

ಮಗುವಿಗೆ ೨$^{1}/_{2}$ ವರ್ಷವಾಗುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ೨೦ ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಮೊದಲ ಆರು ವರ್ಷದ ಅರೆಯುವ ಹಲ್ಲು (I molar) ಈ ಎಲ್ಲ ಹಲ್ಲುಗಳು ಬಾಯಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆಯೇ ಕೊನೆಯ ಹಾಲುಹಲ್ಲಿನ ಹಿಂಬದಿಯಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತವೆ.

ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಅತಿಬೇಗನೆ ಕಳೆದುಕೊಂಡರೆ, ಸಾಮಾನ್ಯ ಮನುಷ್ಯನ ಕೆಳಗಿನ ಮತ್ತು ಮೇಲಿನ ಹಲ್ಲುಗಳ ಜೋಡಣೆ ಮತ್ತು ಕೂಡುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಏರುಪೇರು ಉಂಟಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ, ಅತಿಬೇಗನೆ ಹಾಲುಹಲ್ಲುಗಳು ಉದುರಿದಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಕೀಳಿಸಬೇಕಾದಲ್ಲಿ ಆ ಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಪ್ರೌಢಹಲ್ಲುಗಳಿಗಾಗಿ ಕಾದಿರಿಸಬೇಕಾದ ಅವಶ್ಯಕತೆಯಿದೆ. ಇದನ್ನು ದಂತವೈದ್ಯರು ''ಅಂಕರ ನಿಯಂತ್ರಕ'' ಎಂಬ ಅತ್ಯಂತ ಸರಳ ಸಾಧನವನ್ನು (Space Maintainers) ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಇದನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ದಂತ ವೈದ್ಯರು ಸಾಧಿಸುತ್ತಾರೆ.

ಹಾಲುಹಲ್ಲಿಗೂ ಮತ್ತು ಪ್ರೌಢಹಲ್ಲಿಗೂ ಇರುವ ವಿಶೇಷಸಂಬಂಧದ ಬಗ್ಗೆ ಅರಿವಿರಬೇಕಾದ್ದು ಮುಖ್ಯ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅಂಗಕ್ಕೂ ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಕೆಲಸವಿರುವಂತೆ ಪ್ರತಿ ಹಲ್ಲಿಗೂ ತನ್ನದೇ ಆದ ಕೆಲಸವಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಎಲ್ಲ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಉಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಥವಾ ಕೀಳಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾದ್ದು ಅನಿವಾರ್ಯವಾದಲ್ಲಿ, ಕಟ್ಟಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

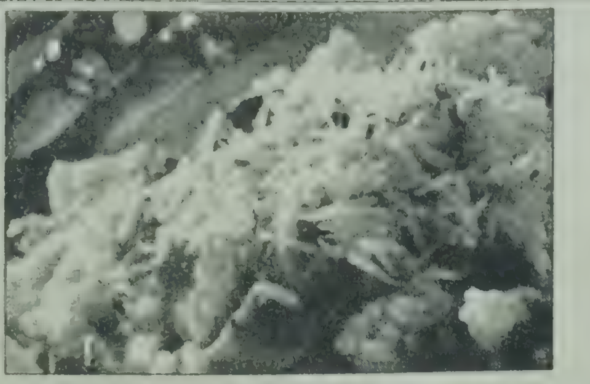
ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಪ್ರಾಥಮಿಕ ವಿಚಾರಗಳು ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬರಿಗೂ ತಿಳಿದಿರಬೇಕಾದ ಅಗತ್ಯವಿದೆ. ಆಗ ಜನರು ಅನುಮಾನಗಳನ್ನು, ಕಳವಳಗಳನ್ನು ಬಹಳಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿ ದಂತಾರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಮುಂದುವರಿದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಜನರು ಈ ಎಲ್ಲ ವಿಚಾರಗಳನ್ನು ಕಾಳಜಿಯಿಂದ ತಿಳಿದಿರುತ್ತಾರೆ.

ಮುಂದಿನ ಬಾರಿ ಸಾಮಾನ್ಯ ದಂತ ಮತ್ತು ವಸಡಿನ ಖಾಯಿಲೆಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮತ್ತು ತಡೆಗಟ್ಟುವಿಕೆ ಹಾಗೂ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಕ್ರಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಯೋಣ.



ಜೀವನ ಶೈಲಿ ಹಾಗೂ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ

• ಸ.ಜ.ನಾಗಲೋಟಿಮಠ





ಈ ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ ಶೀರ್ಷಿಕೆ ಮೇಲೇ ಒಂದು ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಗೋಷ್ಠಿಯನ್ನಾಗಿ ನಡೆಸಿದವರು ಮುಂಬಯಿಯ ಅಣುಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರದಲ್ಲಿ ಸೇವೆ ಸಲ್ಲಿಸುತ್ತಿರುವ ಕನ್ನಡ ಸಂಘದ ಸದಸ್ಯರು. ಈ ವಿಚಾರ ಗೋಷ್ಠಿ ೨-೨-೯೭ರಂದು ಜರುಗಿತು. ದೇಶದ ವಿವಿಧ ಭಾಗಗಳಿಂದ ತಜ್ಞರನ್ನು ಆಮಂತ್ರಿಸಿ ಗೋಷ್ಠಿಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿದ್ದ ಈ ಸಾಹಸಿಗಳನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸಲೇಬೇಕು. ಇಂಥ ಸಾಹಸ ಅವರಿಗೆ ಇದೇ ಮೊದಲನೆಯದಲ್ಲ. ಹಿಂದಿನ ೨೫ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲೂ ಸಹ ಅವರು ಹತ್ತು ಇಂಥ ಸಾಹಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದಾರೆ. ಎಲ್ಲ ವಿಧದಿಂದಲೂ ಅಣುಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರದ ಕನ್ನಡಿಗರನ್ನು ನಾವು ಮಾದರಿ ಎಂದು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ನಿಜವಾಗಿ ನೋಡಿದರೆ ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ಅಥವಾ ಇಂಥವೇ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿಯ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳು, ಕರ್ನಾಟಕದಲ್ಲಿ ಸೇವೆಗೈಯುತ್ತಿರುವ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿದ್ಯಾಲಯಗಳೂ ನಡೆಸಬೇಕು. ಕನ್ನಡ ಸಂಘ ಅಣುಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರದವರನ್ನು ಹಿರಿಯರಾದ ಡಾ. ಜವರೇಗೌಡರು, ಡಾ.ಹಾ.ಮಾ. ನಾಯಕರು, ಕವಿ ಚೆನ್ನವೀರ ಕಣವಿಯವರು, ಡಾ.ಚಂದ್ರಶೇಖರ ಪಾಟೀಲರು, ಡಾ.ಎಚ್. ನರಸಿಂಹಯ್ಯ ಹರಸಬೇಕು. ಇಂತಹ ಸಾಹಸಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗತೊಡಗಿದರೆ ಕನ್ನಡ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ರಭಸದಿಂದ ಸಾಗುವುದು.

ಮೊದಲನೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ, ಈ ಶೀರ್ಷಿಕೆ ನಿಜವೇ? ಹೌದು, ಅಕ್ಷರಶಃ ನಿಜವಾದ ಮಾತು. ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಶೈಲಿ ನಮ್ಮ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯವನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಮನಗಾಣಿಸಲು ಹತ್ತಾರು ಉದಾಹರಣೆಗಳಿಂದ ಸಮರ್ಥಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅವುಗಳನ್ನು ಒಂದೊಂದಾಗಿ ವಿಚಾರಿಸೋಣ.

ಸುಮಾರು ೨೦೦ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಜನರ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯು ಇಂದಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನವಾಗಿತ್ತು. ಅವರ ಆಹಾರ, ಪಾನೀಯಗಳಲ್ಲಿ ತರಕಾರಿ, ಹಣ್ಣು, ಕಾಳುಗಳು ಒಳಗೊಂಡಿರುತ್ತಿದ್ದವು. ಅಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಔದ್ಯೋಗಿಕ ಕ್ರಾಂತಿ ನಡೆಯಿತು. ತರಕಾರಿ ಹಣ್ಣುಗಳ ಬದಲಾಗಿ ಸಾಸ್, ಜಾಮ್, ಬಿಸ್ಕೇಟ್, ಕೇಕ್, ಮೆದು ಬ್ರೆಡ್ಡು, ಚಾಕಲೇಟ್ ಮತ್ತು ಮೈದಾದಲ್ಲಿ ತಯಾರಿಸಿದ ತಿನಿಸುಗಳು ತಯಾರಿಸಲ್ಪಟ್ಟವು. ಇಂಥವುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದೇ ಒಂದು ದೊಡ್ಡಸ್ತಿಕೆ ಎನಿಸಿತು. ಹಣವಂತರು ಇಂಥವುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸುವುದನ್ನೇ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನಾಗಿಸಿಕೊಂಡರು. ಹಿಂದುಳಿದ ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಬಡವರು ಇದನ್ನು ಮಾಡದೇ ಹೋದರು. ಕೆಲವೇ ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಇಂಥ ಆಹಾರದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಪ್ರಕಟಗೊಂಡವು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಅಪೆಂಡಿಸೈಟಿಸ್, ಮಲಬದ್ಧತೆ, ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ, ಡೈವರ್ಟಿಕ್ಯುಲೋಸಿಸ್ ಹಾಗೂ ದೊಡ್ಡಕರುಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್‌ಗಳು ಪ್ರಮುಖವಾದವು. ಈ ತೊಂದರೆಗಳು ಹಿಂದುಳಿದ ದೇಶಗಳ ಜನರಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲ ಎನ್ನುವಷ್ಟು ವಿರಳವಾಗಿವೆ. ಮುಂದುವರೆದ ದೇಶಗಳ ಜನರಲ್ಲಿ ಈ ರೋಗಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯ ಎನಿಸಿವೆ. ನೂರು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ದಾಖಲೆಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ಅಪೆಂಡಿಸೈಟಿಸ್ ತೊಂದರೆ ಇಡೀ ವರ್ಷದಲ್ಲಿ ಕೆಲವೇ ಬಾರಿ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಈಗ ಅದು ಪ್ರತಿದಿನ ಕಾಣುತ್ತಿದೆ. ಮೂಲವ್ಯಾಧಿ ಮೊದಲು ಕ್ವಚಿತ್ತಾಗಿತ್ತು. ಈಗ ಮನೆಮಾತಾಗಿದೆ. ಕರುಳಿನ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಹಾವಳಿ ಎಬ್ಬಿಸಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆಲ್ಲ ಕಾರಣ ನಮ್ಮ ಊಟ-ಉಪಚಾರಗಳ ಬದಲಾವಣೆ ಎಂದು ತೋರಿಸಿಕೊಟ್ಟವರು ಡಾ। ಬರ್ಕಿಟ್ಟ ಎಂಬ ವೈದ್ಯರು. ಜನತೆ ಮತ್ತೆ ಮರಳಿ ತಾಜಾ ಕಾಯಿಪಲ್ಲೆ, ಹಣ್ಣುಹಂಪಲು, ಕಾಳು, ತೌಡಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಪದಾರ್ಥಗಳ ಕಡೆಗೆ ವಾಲುತ್ತಿರುವರು. ಇದರಿಂದ ಹೊಸ ರೋಗಗಳು ಮರಳಿ ಹಿಂದೆ ಹಿಂದೆ ಸರಿಯುತ್ತಿವೆ.

ಹೃದಯಾಘಾತಗಳ ವಿಷಯವೂ ಇದೇ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಸೂಚಿಸುತ್ತಿದೆ. ಈ ಮಾತು ಬಹು ಪ್ರಖರವಾಗಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂದದ್ದು, ಭಾರತದಿಂದ ಹೊರದೇಶಗಳಿಗೆ ಹೋಗಿ ನೆಲೆಸಿದ ಭಾರತೀಯರಿಂದ. ಹೊರದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಭಾರತೀಯರ ಜೀವನಶೈಲಿ ಬದಲಾಯಿತು. ಊಟೋಪಚಾರಗಳೂ ಬದಲಾದವು. ಇದರಿಂದ ಅವರ ರಕ್ತದಲ್ಲಿಯೂ ಬದಲಾವಣೆಗಳಾಗಿ, ಅದರ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ರಕ್ತ ವಾಹಿನಿಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಯಿತು. ರಕ್ತವಾಹಿನಿಗಳ ಭಿತ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ನೆಣ ಹಾಗೂ ನೆಣಸಂಬಂಧಿ ಘಟಕಗಳು ಶೇಖರ ಗೊಂಡವು. ರಕ್ತ ವಾಹಿನಿಗಳ ನಾಳರಂಧ್ರಗಳು ಕಿರಿದಾದವು. ರಕ್ತ ಹರಿಯುವಿಕೆಗೆ ತಡೆಯಾಯಿತು. ಹೃದಯಾಘಾತದಿಂದ ಮರಣಿಸುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಿತು. ಇಂದು ಹೃದಯಾಘಾತ ಹಾಗೂ ರಕ್ತ ಹರಿಯುವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತಡೆಯುಂಟಾಗಿ ಕಾಣುವ ತೊಂದರೆಗಳು ಎಷ್ಟಿವೆ ಎಂದರೆ, ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಈ ತೊಂದರೆಗಳಿಂದ ಬಳಲುವವರಲ್ಲಿ ಅತಿ ಹೆಚ್ಚೆಂದರೆ ಹೊರದೇಶದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಭಾರತೀಯರೇ. ಸಣ್ಣ ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲಿ ಹೃದಯಾಘಾತಗಳು ಇದರಿಂದಲೇ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ. ಅಜ್ಜ ಇಂದು ತನ್ನ ಮಗನನ್ನೂ, ಮೊಮ್ಮಗನನ್ನು ಹೃದಯಾಘಾತಕ್ಕಾಗಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಸೇರಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಮಧುಮೇಹ ಮತ್ತೊಂದು ಸೂಕ್ತ ಉದಾಹರಣೆ. ಮಧುಮೇಹದಲ್ಲಿ ಹಲವು ಪ್ರಕಾರಗಳಿವೆ. ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ತೋರುವ ಮಧುಮೇಹ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಶಹರಗಳಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವವರಲ್ಲಿ ಅದರ ಪ್ರಮಾಣ ಏರುತ್ತಿದೆ. ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಬರುವ ಮಧುಮೇಹಕ್ಕೆ ಜೀವನದಲ್ಲಿಯ ತೊಡಕು, ವ್ಯಾಕುಲತೆ, ಚಿಂತೆಗಳು ಮುಖ್ಯ ಕಾರಣಗಳೆಂಬುದು ಈಗ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತಿದೆ. ಅಧಿಕಾರಿ, ವ್ಯಾಪಾರಸ್ಥರಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಕಾರದ ಮಧುಮೇಹ ಜಾಸ್ತಿ. ಮಧುಮೇಹ ನಿಯಂತ್ರಣ ತಪ್ಪುವುದು ಮನದ ಮೇಲಾಗುವ ಆಘಾತದಿಂದ ಮಾತ್ರ. ಹೆಚ್ಚು ತಿಂದರೆ ಅಲ್ಲ ಎಂಬುದು ನಿಚ್ಚಳವಾಗುತ್ತಿದೆ. ವಯಸ್ಕರಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಮಧುಮೇಹವು ಮೆದುಳಿನ ತೊಂದರೆಯೇ ವಿನಃ ಮೇದೋಜೀರಕದ ತೊಂದರೆ ಅಲ್ಲ. ಮಧು ಮೇಹಕ್ಕೆ ಹೇಳಿದ ಮಾತನ್ನು ರಕ್ತ ಒತ್ತಡಕ್ಕೂ ಹೇಳಬಹುದು. ಚಿಂತೆ ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆ ವ್ಯಾಕುಲತೆ ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆ, ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡವೂ ಏರುವುದು, ಚಿಂತೆ ಕಡಿಮೆಯಾದರೆ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬರುವುದು.

ಇಂದಿನ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಆಘಾತಗಳು ದೇಹದ ಮೇಲೆ ಹಾಗೂ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನ ಮೇಲೆ ಆಗುತ್ತಿವೆ. ಇದರಿಂದ ಮನೋರೋಗಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಮನೋರೋಗ ತಜ್ಞರ ಬಳಿ ಹೋಗುವುದು ಅವಮಾನವೆಂದೇ ಬಗೆಯಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. "ಧಾರವಾಡಕ್ಕೆ ಕಳಿಸಬೇಕು" ಎಂಬ ಮಾತು ಸೂಚ್ಯವಾಗಿ ಬಳಸಲಾಗುತ್ತಿತ್ತು. ಏಕೆಂದರೆ ಅಲ್ಲಿ 'ಹುಚ್ಚರ ಆಸ್ಪತ್ರೆ' ಇತ್ತು. ಇಂದು ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಿಂದ ಮನೋರೋಗಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಪರದೇಶಗಳಲ್ಲಂತೂ ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳೂ ಜನರು ತಪ್ಪದೇ ತಮ್ಮ ಮನೋರೋಗತಜ್ಞರ ಬಳಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಅದನ್ನು ಹೆಮ್ಮೆಯಿಂದ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. ಹಿಂದೊಮ್ಮೆ ಅತಿ ವಿರಳ ಎನಿಸಿದ್ದ ಮನೋವಿಕಾರ ಇಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿದೆ.

ಜೀವನಶೈಲಿ ಹಾಗೂ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ಬರೆಯುವಾಗ ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ನಡುಗಿಸುತ್ತಿರುವ ರೋಗ "ಏಡ್ಸ್"ದ ಬಗ್ಗೆ ಪ್ರಸ್ತಾಪಿಸಲೇ ಬೇಕು. ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕತೆ ಮುಕ್ತವಾದ ಮೇಲೆ ಹುಟ್ಟಿದ ರೋಗ ಇದು. ಲೈಂಗಿಕತೆ ಇಂದು ಮುಕ್ತವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಒಳ್ಳೆಯದೋ, ಕೆಟ್ಟದ್ದೋ ಅದು ಹಲವಾರು ರೀತಿಯಿಂದ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಇದೆ. "ಪತಿವ್ರತೆ, ಪತ್ನಿವ್ರತ" ಶಬ್ದಗಳು ಇಂದು ಶಬ್ದಕೋಶದಿಂದ ಹೊರಬೀಳುತ್ತಲಿವೆ.. ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ಒಂದು ನಿಸರ್ಗ ನಿಯಮ ಎಂಬ ಹೇಳಿಕೆಯೊಂದಿಗೆ, ನಡೆಯಬಾರದ್ದು ನಡೆಯುತ್ತಿದೆ. ಅಂತೆಯೇ 'ಏಡ್ಸ್' ಹುಟ್ಟಿದ್ದು ಹಾಗೂ ಕ್ಷಿಪಣ ವೇಗದಿಂದ ಪ್ರಸಾರವಾಗುತ್ತಿರುವುದು. ಸಲಿಂಗಿಗಳು, ವೇಶ್ಯೆಯರು, ವಿಟ ಪುರುಷರು ರೋಗಕ್ಕೆ ಬಲಿಯಾಗುವರು. ಯಾವ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಮುಕ್ತ ಲೈಂಗಿಕತೆ ಆಸ್ಪದ ಕಡಿಮೆ ಇದೆ ಆ ದೇಶ ದಲ್ಲಿ 'ಏಡ್ಸ' ಕಡಿಮೆ.

ಹದಿಹರೆಯದ ಯುವಕ- ಯುವತಿಯರು ಇಂದು ವಾಕ್‌ಮನ್ ಸಲಕರಣೆಯನ್ನು ಯಾವಾಗಲೂ ಕಿವಿಯಲ್ಲಿ ಸಿಗಿಸಿಕೊಂಡು ಜೋರಿನಿಂದ ಸಂಗೀತ ಕೇಳುತ್ತಾರೆ. ಅದೂ ದೊಡ್ಡಧ್ವನಿಯಲ್ಲಿ. ಇದರಿಂದ ಇಂದಿನ ಯುವಕರಲ್ಲಿ ಕಿವುಡುತನ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ, ಅವರ ಕಿವಿಯ ಪರದೆಗಳು ಹಾಳಾಗಿ ಹೋಗುತ್ತಿವೆ.

ಜೀವನ ಶೈಲಿಗೂ ಕಣ್ಣಿಗೂ ಸಹ ನಿಕಟ ಸಂಯಮವಿದೆ, ಇಂದು ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತವೆ. ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಕುಟುಂಬದಲ್ಲಿ ಇಂದು ಕನ್ನಡಕ ಬಳಸಲ್ಪಡುತ್ತಿದೆ. ಮೊದಲು ಕನ್ನಡಕಗಳ ಬಳಕೆ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ ಇತ್ತು. ಹೆಚ್ಚು ದೂರದರ್ಶನ ವೀಕ್ಷಣೆ, ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಅಕ್ಷರ ಓದುವುದು ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಕಣ್ಣಿನ ಮೇಲೆ ತಮ್ಮ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು ಬೀರಿ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ದೃಷ್ಟಿದೋಷ ಹೆಚ್ಚಿಸಿವೆ.

ಇನ್ನೊಂದು ಸ್ವಾರಸ್ಯಕರ ಸಂಗತಿ ಎಂದರೆ, ಬೂಟುಗಳನ್ನು ತೊಡುವವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಾದಂತೆ ಕಾಲ್ಬೆರಳುಗಳ ನಡುವೆ ಕಾಣುತ್ತಿರುವ ಬೂರಸು ರೋಗ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಕೆಲವರ ಕಾಲ್ಬೆರಳುಗಳ ಸಂದು ಗಳನ್ನು ನೋಡಲಾಗದು. ಸೆಲೆತು, ಬೂರಸು ಬಂದು, ವಿಕಾರವಾಗಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಅದರಿಂದ ಬರುವ ದುರ್ವಾಸನೆಯೂ ಅಸಹ್ಯವಾದುದು. ಆದರೆ ಪರಿಹಾರವಿಲ್ಲ. ಚಪ್ಪಲಿಗಳು ಕಡಿಮೆ ಆಗುತ್ತಿವೆ, ಕಾಲ್ಮರಿಗಳು ಈಗ ಕಾಣುವುದು ಕೇವಲ ಕುರಿಕಾಯುತ್ತಿರುವವರ ಕಾಲಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ. ಕಾಲ್ಮರಿಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ಎಳೆಗಳನ್ನು ಹಾಕಿ ಬೆರಳುಗಳು ಹರಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಅಂಥವರ ಕಾಲಲ್ಲಿ ಬೂರಸು ಬರಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇರಲಿಲ್ಲ.

ಅನೇಕ ಜನರ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟು ಉದುರುತ್ತದೆ. ಈ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಹಲವಾರು ಜಾಹಿರಾತು ಕಂಪನಿಗಳು ದೂರದರ್ಶನ ಹಾಗೂ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ತೋರಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ರೋಗ ಈಗ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವೆಂದರೆ ತಲೆಗೆ ಕೊಬ್ಬರಿ ಎಣ್ಣೆ ಬಳಸುವುದು ನಿಂತು ಹೋಗಿದೆ. ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಹೊಟ್ಟು ಬರುವುದು ಎಂದರೆ ಒಂದು ಜಾತಿಯ ಬೂರಸು ಬೆಳೆಯುವುದು.

ಮತ್ತೊಂದು ಜೀವನಶೈಲಿ ನೋಡೋಣ. ಮೊದಮೊದಲು ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆ ಮನೆಗಳ ವಿನ್ಯಾಸ ಬೇರೆ ಇತ್ತು. ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವವರು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಕುಳಿತು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ಹೊಸ ಪ್ರಕಾರದ ಅಡುಗೆ ಮನೆಗಳು ಬಂದಿವೆ. ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವ ತಾಯಿ-ಅಕ್ಕಂದಿರು ಎದ್ದು ನಿಂತೆ ಮಾಡು ವಂತೆ ಕಟ್ಟೆ ಕಟ್ಟಿಸುತ್ತೇವೆ, ನಿಜ ಈಗ ಇದು ಹೊಸ ಶೈಲಿ. ಇದರಿಂದ ಕೆಲವು ಲಾಭಗಳಿವೆ. ಆದರೆ ಇದರಿಂದ ಮೊಣಕಾಲು ಸಂದುಗಳ ತೊಂದರೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಸತತ ಎದ್ದು ನಿಂತು ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ ಈ ತೊಂದರೆ ಹೆಚ್ಚು. ಕಾರಣ ಎದ್ದು ನಿಂತು ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವವರು, ಶಿಕ್ಷಕರು, ಪೊಲೀಸರು, ಕಂಡಕ್ಟರುಗಳು ಈ ತೊಂದರೆ ಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಾರೆ.

ಮೊದಮೊದಲು ನಮ್ಮ ಜನ ಸದಾ ಚಪ್ಪಲಿ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಈಗ ಎತ್ತರವಾದ ಹಿಮ್ಮಡಿಗಳಿದ್ದ ಚಪ್ಪಲಿಗಳ ಬಳಕೆ ಬಂದಿದೆ. ಇವುಗಳ ಬಳಕೆಯಿಂದ ಸೊಂಟನೋವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ, ಸೊಂಟನೋವು ಗರ್ಭಿಣಿಯರಲ್ಲಿ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದೆ, ಆದ್ದರಿಂದ ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಎತ್ತರ ಹಿಮ್ಮಡಿಯ ಚಪ್ಪಲಿ ಗಳನ್ನು ಬಳಸಬಾರದು.

ಇಂದು ನಮ್ಮ ಪರಿಸರ ಹಲವಾರು ತರದಿಂದ ಕಲ್ಮಶಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದೆ. ಉಸಿರಾಡುವ ವಾಯು, ತಿನ್ನುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥ, ತೊಡುವ ಬಟ್ಟೆ ಬದಲಾಗಿವೆ. ಇವೆಲ್ಲ ಕೂಡಿ ಅಲರ್ಜಿ ತೊಂದರೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿದೆ. ಮೊದಲು ಈ ತೊಂದರೆ ಇರಲಿಲ್ಲ, ಇಂದಿಗೂ ಸಹ ಹಳ್ಳಿಗಳಲ್ಲಿ ಈ ತೊಂದರೆ ಬಹಳ ಕಡಿಮೆ, ಪಟ್ಟಣ ಗಳಲ್ಲಿ ಜಾಸ್ತಿ. ಹಲವಾರು ಶ್ಯಾಂಪು, ಸೋಪುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವುದು ನಮ್ಮ ಹೊಸಜೀವನ ಶೈಲಿ, ಇದರ ಪರಿಣಾಮ ತಲೆಯಲ್ಲಿ ಬಹುಬೇಗನೆ ಬಿಳಿಕೂದಲು ಕಾಣುವುದು. ಈ ಕೂದಲುಗಳನ್ನು ಕಪ್ಪುಮಾಡಲು ಬಣ್ಣ ಹಚ್ಚುವುದು ರೂಢಿಯಾಗಿದೆ, ಹೊಸ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಾಗಿದೆ. ಈ ಜೀವನಶೈಲಿಯಿಂದ ಒಂದು ತೊಂದರೆ ಕಾಣಲು ಪ್ರಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಅದೆಂದರೆ ಕೂದಲಿಗೆ ಹಚ್ಚುವ ಬಣ್ಣವು ಬೇಡವೆಂದರೂ ಅಷ್ಟಿಷ್ಟು ಮುಖಕ್ಕೂ ಇಳಿಯುವುದು, ಇಲ್ಲವೆ ಹತ್ತುವುದು. ಅಗ ಅವರ ಮುಖದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಕಪ್ಪು ಕಲೆಗಳು ತೋರ ತೊಡಗುತ್ತವೆ. ಮುಖವನ್ನು ಬಿಳುಪು ಮಾಡಲು ಹೊಸ ಜೀವನಶೈಲಿ ಬರಬೇಕಾಗಿದೆ.

ಯೋಗ ಹಾಗೂ ನಿಸರ್ಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಇಂದು ಬಹಳ ಜನಪ್ರಿಯವಾಗುತ್ತಿವೆ. ಇವುಗಳಿಂದ ಹಲವಾರು ಜನರು ತಮ್ಮ ತೊಂದರೆಗಳಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗುತ್ತಿರುವರು. ಯೋಗ ಹಾಗೂ ನಿಸರ್ಗ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗಳು ಕ್ರಮವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಜೀವನ ಶೈಲಿಯನ್ನು ಬದಲಿಸುತ್ತಿವೆ. ಅವು ನಮ್ಮ ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವುದರಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆ ತಂದು ತೂಕ ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತಿವೆ. ಇದರಿಂದ ಬೊಜ್ಜು ಕರಗುವುದು. ಯೋಗ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯ ತುಮುಲ ಕರಗಿಸುವುದು, ಆಗ ಮಧುಮೇಹ, ರಕ್ತದ ಒತ್ತಡ, ತಲೆನೋವು ಮುಂತಾದವುಗಳು ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತವೆ.

ಹಲವಾರು ಹೊಸ ಚಟಗಳು ಜೀವನ ಶೈಲಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಅವು ಹೊಸ ತೊಂದರೆಗಳನ್ನು ಆಮಂತ್ರಿ ಸುತ್ತವೆ. ಚಟಗಳು ಹೇಗೆ ಗೊಂದಲ ತರಬಹುದು ಎಂಬ ಸಂಗತಿಯನ್ನು ಬೇರೆ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಚರ್ಚಿಸು ವುದು ಯೋಗ್ಯ.

ಹೀಗೆ ಜೀವನಶೈಲಿಗೂ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೂ ತೀರ ಹತ್ತಿರದ ನಂಟು.

(ಅಣುಶಕ್ತಿ ಕೇಂದ್ರ, ಮುಂಬಯಿಯ, ಕನ್ನಡ ಸಂಘದವರು 'ಜೀವನಶೈಲಿ ಹಾಗೂ ಸ್ವಾಸ್ಥ್ಯ' ಎಂಬ ವಿಷಯದ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಿದ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ವಿಚಾರಗೋಷ್ಠಿ ಯನ್ನು ಉದ್ಘಾಟಿಸಿ ಮಾಡಿದ ಆಶಯ ಭಾಷಣದ ಆಧಾರದ ಮೇಲೆ) ■



ಈಜುವಿಕೆಯಿಂದ ಸಕ್ಕರೆ ರೋಗ ನಿಯಂತ್ರಣ

• ಎಸ್.ಆರ್. ಮಠ, ಈಜು ಕ್ರೀಡಾ ತಜ್ಞ
ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ ಧಾರವಾಡ ಮಹಾನಗರ ಪಾಲಿಕೆ ಈಜುಗೊಳ., ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ

ಜೀವಿಗೆ ಎಲ್ಲ ಸಂಪತ್ತುಗಳ ಲ್ಲಿ ಶರೀರ ಸಂಪತ್ತು, ಎಲ್ಲ ಭಾಗ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯಭಾಗ್ಯ, ಬಹುಮುಖ್ಯ. 'ಶರೀರ ಮಾಧ್ಯಂಖಲು ಧರ್ಮ ಸಾಧನಂ' ಎಂಬ ಮಾತುಗಳನ್ನು ವಿಮರ್ಶಿಸಿದಾಗ ನಾವುಗಳೆಲ್ಲ ಶರೀರ ಆರೋಗ್ಯದ ಮಹತ್ವ ಎಷ್ಟು ಎಂಬುದನ್ನು ಖಚಿತವಾಗಿ ಮನಗಾಣಬಹುದು.

ಕೋಟಿಗಟ್ಟಲೇ ಸಂಪತ್ತು, ಅಗಣಿತ ಅಧಿಕಾರ , ಸಾಕಷ್ಟು ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು, ಪರಿಚಾರಕರು, ಬಂಧು ಬಾಂಧವರು ಎಷ್ಟೇ ಇದ್ದರೂ ಸಹ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಆರೋಗ್ಯ ಸರಿಯಾಗಿರದಿದ್ದರೆ, ಮೇಲಿನ ಸೌಕರ್ಯಗಳೆಲ್ಲ ಅಕ್ಷರಶಃ ವ್ಯರ್ಥ ಎಂದು ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ.

ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಏನನ್ನಾದರೂ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ಆದರೆ ಶರೀರದ ರೋಗವನ್ನು, ನೋವನ್ನು ಇನ್ನೊಬ್ಬರಿಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿ ಇಲ್ಲವೇ, ಹಂಚಿಕೊಂಡು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ. ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಬಯಸುವ ತಾತ್ಪರ್ಯ ಇಷ್ಟೆ. ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದರೆ, ಹೇಗಾದರೂ ಓಡಾಡಬಹುದು, ಏನೇ ಇಚ್ಛೆಪಟ್ಟು ತಿನ್ನಬಹುದು. ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಚುರುಕಾಗಿದ್ದರೆ, ಎಂಥ ಕ್ಲಿಷ್ಟ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನೂ ಸಹ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಬಗೆಹರಿಸಬಹುದು.

ಒಂದು ಪುರಾತನ ಹೇಳಿಕೆಯಿಂದ ಈ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರೇರಣೆ ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಸೂಕ್ತ ಹಾಗೂ ಸಮಂಜಸವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇನೆಂದರೆ, 'ಮನುಷ್ಯನ ಶರೀರ, ಮೆದುಳು ಮತ್ತು ಕಬ್ಬಿಣ ಇವು ಮೂರನ್ನು ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿಡಬೇಕು. ಯಾವುದಾದ ರೊಂದನ್ನು ಸ್ಥಬ್ದವಾಗಿರಿಸಿದರೆ, ಜಡವಾಗಿ ತುಕ್ಕು ಹಿಡಿದು ನಾಶವಾಗುತ್ತ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ಈಗ ಓದುಗರು ಮೇಲಿನ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಿಂದ ವಿಷಯದ ಗೂಡಾರ್ಥವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಂಡಿರಬಹುದು.

ಇಂದಿನ ಯಾಂತ್ರಿಕ ಯುಗದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ತರದ ಭೂ, ಜಲ, ವಾಯು ವಾಹನಗಳು, ಸಂಪರ್ಕ ಮಾಧ್ಯಮಗಳು, ಸಮೂಹ ಮಾಧ್ಯಮ ಮನರಂಜನಾ ಸೌಕರ್ಯಗಳ ಪ್ರಭಾವದಿಂದ ಮಾನವ ಕನಿಷ್ಟ ಲಘು ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದಲೂ ವಂಚಿತನಾಗುತ್ತ ಸಾಗುತ್ತಿದ್ದಾನೆ. ಗೃಹಿಣಿಯರಿಗೆ ಅಡುಗೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಕುಟ್ಟುವ, ಹಿಂಡುವ, ಅರೆಯುವ ಯಂತ್ರಗಳಲ್ಲದೇ ತಕ್ಷಣ ತಯಾರಿಸುವ ಸುಲಭ (Instant Foods) ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳು, ಜೊತೆಗೆ ಕಸ ಗುಡಿಸುವ, ಬಟ್ಟೆ ತೊಳೆಯುವ ಯಂತ್ರಗಳೂ ಲಭ್ಯವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅಡುಗೆ ಮನೆಯೂ ಆಧುನೀಕರಣಗೊಂಡು ಸ್ತ್ರೀಯರಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ದೈಹಿಕ ಶ್ರಮ ಕಡಿಮೆಯಾಗಿ, ಇವರೂ ಸಹ ನೈಜ ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ವಂಚಿತಗೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಇವೆಲ್ಲವುಗಳ ಜೊತೆಗೆ ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯ, ಜಲಮಾಲಿನ್ಯ, ಶಬ್ದಮಾಲಿನ್ಯ ಮುಂತಾದವುಗಳಿಂದ ಪರಿಸರವು ಮಾಲಿನ್ಯಗೊಂಡು ಅನೇಕ ತರಹದ ರೋಗಗಳ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಅವಿರತವಾಗಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ನಡಿದಿದೆ.

ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅನಾದಿ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿರುವ ರೋಗಗಳ ಪೈಕಿ ಸಕ್ಕರೆ ಕಾಯಿಲೆ ಅಥವಾ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗವು ಲಿಂಗಭೇದ, ವಯಸ್ಸಿನ ನಿರ್ಬಂಧನೆ ಅಥವಾ ಹೊತ್ತು ಗೊತ್ತು ಇಲ್ಲದೇ ಅಂದರೆ ಯಾವುದೇ ಕಾಲಕ್ಕೆ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ರೋಗವಾಗಿದೆ.

ಈ ಮಧುಮೇಹ ಅಥವಾ ಸಕ್ಕರೆ ರೋಗವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಯಾವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಕನಿಷ್ಟ ಶಾರೀರಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲವೋ ಅಂಥವರಲ್ಲಿ, ಅಧಿಕ ಮಾನಸಿಕ ಒತ್ತಡವಿರುವ ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ, ಅತೀ ಕಡಿಮೆ ವ್ಯಾಯಾಮ, ಹೆಚ್ಚು ಆಹಾರ ಸೇವಿಸುವ ವ್ಯಕ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುವುದು. ಇನ್ನೂ ಕೆಲವರ ಅಭಿಮತದಂತೆ ಈ ರೋಗವು ಅನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಬಳುವಳಿಯಾಗಿ ಬರುವುದು. ಸಕ್ಕರೆ ರೋಗವನ್ನು ನಿಯಮಿತ ಈಜುವಿಕೆಯಿಂದ, ಲಘು ವ್ಯಾಯಾಮದಿಂದ ಮತ್ತು ಆಹಾರ ಪದ್ಧತಿಯಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸಬಹುದು. ಇಲ್ಲಿ ಊಟ ಬಲ್ಲವನಿಗೆ ರೋಗವಿಲ್ಲ, ಮಾತು ಬಲ್ಲವನಿಗೆ ಜಗಳವಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಮಾತು ನೆನಪಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ.

ಸಕ್ಕರೆ ರೋಗದ ನಿಯಂತ್ರಣ ವಿಷಯವನ್ನು ಕೈಗೆತ್ತಿಕೊಂಡಾಗ, ಮತ್ತೆ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಮೂಲಕ್ಕೇ ಬರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಂದ ಮಾತ್ರಕ್ಕೆ ಹೆದರಿ ಕೊಳ್ಳುವ ಕಾರಣವಿಲ್ಲ. ವ್ಯಾಯಾಮವೆಂದರೆ, ಶರೀರದ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಎಲ್ಲ ಅವಯವಗಳ ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ದಡುಗಟ್ಟುಗಳನ್ನು ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಇಡುವುದಾಗಿದೆ. ಹೀಗೆ ಎಲ್ಲ ಅವಯವಗಳು ಅಂದರೆ, ಕತ್ತಿನ ಸ್ನಾಯುಗಳು ದಡುಗಟ್ಟುಗಳು, ಎದೆಯ ಸ್ನಾಯುಗಳು ದಡುಗಟ್ಟುಗಳು, ಒಡಲ ಸ್ನಾಯುಗಳು ದಡುಗಟ್ಟುಗಳು, ಬೆನ್ನುಸ್ನಾಯುಗಳು ದಡುಗಟ್ಟುಗಳು, ಭುಜಾಸ್ಥಿ ವಲಯ ಸ್ನಾಯುಗಳು, ಮೇಲವಯವದ ಸ್ನಾಯುಗಳು, ಕೆಳ ಅವಯವಗಳ ಸ್ನಾಯುಗಳು ಸ್ವಲ್ಪವಾದರೂ ದಣಿವಾಗುವವರೆಗೆ ಈಜಬೇಕು. ಈಜಲು ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲದಲ್ಲಿ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಹನಿ ಬೆವರು ಬರುವ ಹಾಗೆ ಲಘು ವ್ಯಾಯಾಮ (ಒಮ್ಮೆಲೇ ಅಧಿಕ ಒತ್ತಡ ಹಾಕದೆ) ಮಾಡಬೇಕು. ಈ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಸ್ನಾಯು ಮತ್ತು ದಡುಗಟ್ಟುಗಳಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಆಕುಂಚನ ಮತ್ತು ಪ್ರಸರಣ ಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಅಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿ ಸಂಚಯವಾಗಿ ಒಂದು ಪದಾರ್ಥ ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಸ್ನಾಯುಗಳಲ್ಲಿ ಶಕ್ತಿ ಸಂಚಯ ಕ್ರಿಯೆ ATP + CP ಗಳ

ಆಂತರಿಕ ಬದಲಾವಣೆಗಳಿಂದ ಮಾತ್ರ ಸಾಧ್ಯ. ಇವೆರಡರ ಬದಲಾವಣೆ ಕಾಲಕ್ಕೆ , ಉತ್ಪತ್ತಿಗೊಳ್ಳುವ ಮೂರನೇ ಪದಾರ್ಥವೇ ಲ್ಯಾಕ್ಟಿಕ್ ಆ್ಯಸಿಡ್. ಇದು ರಕ್ತನಾಳಗಳ ಮುಖಾಂತರ ಮೂತ್ರ ಪಿಂಡದಲ್ಲಿ ಸೋಸಿ ಹೊರ ಬರುವ ಜಾಳಿಗೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿನ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಗ್ಲಾಂಡ್ ಗಳನ್ನು ಚೋದಿಸಿ, ಇನ್ಸುಲಿನ್ ಉತ್ಪತ್ತಿಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಅವಶ್ಯಕ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಇನ್ಸುಲಿನ್ ತುರುಕಿಸುವ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಬರಲಾರದು. ಇದರ ಜೊತೆಗೆ ಶ್ವಾಸಕೋಶಗಳು ಹವೆಯಿಂದ ಆಮ್ಲಜನಕ/ಪ್ರಾಣವಾಯುವನ್ನು ಹೀರಿಕೊಳ್ಳುವ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆಯನ್ನು ಗಣನೀಯ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣ ಶಕ್ತಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕಾಗುವುದು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವಾಗ ಬೆವರಿನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ದೇಹದಲ್ಲಿಯ ಲವಣಗಳು ಹೊರಗೆ ಬಂದು ದೇಹದ ಉಷ್ಣತೆಯನ್ನು ಸಮತೋಲನದಲ್ಲಿ ಇಡಲು ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಂಚಯಿತ ಲವಣದ ಜೀವಸತ್ವಗಳು ವಿನಾಕಾರಣ ವ್ಯಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಈಜುವಾಗ ಬೆವರು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಂಚಯವಾದ ಲವಣ ಹಾಗೂ ಜೀವಸತ್ವಗಳು ವಿನಾಕಾರಣ ವ್ಯಯವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈಜುವಾಗಿನ ಪ್ರತಿ ಒಂದು ಚಲನವಲನಗಳೂ ಗುರು ತ್ವಾಕರ್ಷಣ ಶಕ್ತಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿರದೇ ದೇಹವು ನೀರಿ ನಲ್ಲಿ ತೇಲುತ್ತಾ ನೈಸರ್ಗಿಕ ವ್ಯಾಯಾಮ Natural Exercise ಆಗಿರುತ್ತವೆ.

ದೇಹದಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸುವ ರಕ್ತದಲ್ಲಿ ಅವಶ್ಯಕ ಲವಣಗಳ ಸಾಂದ್ರತೆಯನ್ನು ಸ್ಥಿರವಾಗಿ ಇಡುವಲ್ಲಿ ಮೂತ್ರಪಿಂಡವು (Kidney) ಬಹುಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಮೂತ್ರಪಿಂಡ ಕಾರ್ಯವು ನರಮಂಡಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೊಳಪಟ್ಟಿದೆ. ನರ ಮಂಡಲ ವ್ಯವಸ್ತೆಯನ್ನು ಮೂರು ತೆರನಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಿ ದ್ದಾರೆ. ಅಂದರೆ, ೧) ಕೇಂದ್ರ ನರಮಂಡಲ, ೨) ಪರೀಧಿ ನರ ಮಂಡಲ, ೩) ಸ್ವಯಂಚಾಲಿತ ನರ ಮಂಡಲ (Central Nerves System, Peripherial Nerves System & Autonomus Nerves System) ದೇಹದ ಸಂಪೂರ್ಣ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿ, ಪೂರಕವಾಗಿ, ಪ್ರಚೋದಕ ವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬ ಅಂಶವನ್ನು ಅಕ್ಷರಶಃ ಮರೆಯುವಂತಿಲ್ಲ. ದೇಹದ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸ್ನಾಯುಗಳನ್ನು ಕಡ್ಡಾಯವಾಗಿ ದಿನಕ್ಕೆ ಒಮ್ಮೆಯಾದರೂ ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತ ಗೊಳಿಸಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಲಘು ವ್ಯಾಯಾಮ ಇಲ್ಲವೇ ೨೫ ರಿಂದ ೩೦ ನಿಮಿಷ ಈಜುವುದು ಎಂದರ್ಥ.

ವ್ಯಾಯಾಮ ಪದ್ಧತಿಯಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮೂರು ಬಗೆಗಳಿವೆ. ೧) ಐಸೊಮೆಟ್ರಿಕ್ ಎಕ್ಸ್‌ರ್‌ಸಾಯಿಜ್, ೨) ಐಸೊಟೊನಿಕ್ ಎಕ್ಸ್‌ಸರ್‌ಸಾಯಿಜ್, ೩) ಆಯಿಸೊ ಕಾಯಿನಾಟಿಕ್ ಎಕ್ಸ್‌ರ್‌ಸಾಯಿಜ್. ಈ ವ್ಯಾಯಾಮುಗಳನ್ನು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ಗುರುತ್ವಾಕರ್ಷಣ ಶಕ್ತಿಗೆ ವಿರುದ್ಧವಾಗಿ ಒಂದರ ನಂತರ ಇನ್ನೊಂದನ್ನು ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ. ಆದರೆ ಈಜುವಿಕೆಯಿಂದ ದೇಹವು ತನ್ನಿಂದ ತಾನೇ ಒಂದೇ ಮಾಧ್ಯಮದಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ವೇಳೆಗೆ ಈ ಮೂರೂ ತರಹದ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಲಾಭವನ್ನು ೨೫ ರಿಂದ ೩೦ ನಿಮಿಷದಲ್ಲಿ ಪಡೆಯಬಹುದು. ಈಜುವಾಗ ಈಜುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯು ಬೇರೆ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ, ಬೇರೆ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ಇರುವಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಮೂರು ತರದ ಜೀವಿಗಳು ವಾಸವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಒಂದು, ನೆಲದ ಮೇಲೆ ವಾಸಿಸುವವು ಎರಡನೆಯದಾಗಿ ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ ಹಾರಾಡುವ ಮತ್ತು ಮೂರನೆಯದಾಗಿ ನೀರಲ್ಲಿ ವಾಸ ವಾಗಿರುವವು. ಇವುಗಳ ಪೈಕಿ ಮಾನವ ಜೀವಿಯು ನೆಲದ ಮೇಲೆ ವಾಸವಾಗಿರುವ ಜೀವಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಈಜುವಾಗ ಮನಸ್ಸು ಕಡಿಮೆ ಕೇಂದ್ರಿಕೃತಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ದೇಹ ಸ್ಥಿತಿಯು ಭೂಮಿಗೆ ಲಂಬವಾಗಿರದೇ ಹೆಚ್ಚುಕಡಿಮೆ ಅಡ್ಡವಾಗಿ ತೇಲುತ್ತಿದ್ದು, ಮೆದುಳು ಮತ್ತು ದೇಹದ ಇತರ ಅಂಗಾಂಗಗಳಿಗೆ ರಕ್ತ ಪರಿಚಲನೆ ಸುಗಮಗೊಳ್ಳುವುದರೊಂದಿಗೆ, ನೀರಿನ ಎಲ್ಲಕಡೆಯ ಒತ್ತಡ ಅಥವಾ ಸರ್ವತೋ ಮುಖ ಒತ್ತಡ (Bilateral Pressure) ದಿಂದ ದೇಹದ ಚರ್ಮಕ್ಕೆ ನಯವಾದ ಮಾಲಿಷ್ (Gental Massage) ಆಗಿ ಅತೀ ಚಿಕ್ಕ ರಕ್ತನಾಳಗಳಲ್ಲಿಯೂ ರಕ್ತ ಸಂಚಯವಾಗಿ ಕಾರ್ಯಕ್ಷಮತೆ ಸುಗಮಗೊಳ್ಳು ತ್ತದೆ. (Increase in number of functio-nal cappalaries). ದೇಹಲ್ಲಿಯ ಮೇಜರ್ ಮತ್ತು ಮೈನರ್ ಸ್ನಾಯುಗಳು, ಕೀಲುಗಳು, ಅಸ್ಥಿಬಂಧಗಳು ಸುಗಮವಾಗಿ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

ಸಕ್ಕರೆ ರೋಗ ಅಥವಾ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗವು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಧ್ಯವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಇಲ್ಲವೇ ಇಳಿ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಕೆಲವು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಚಿಕ್ಕ ಮತ್ತು ಅತಿಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿಯೂ ಕಂಡುಬಂದ ಉದಾಹರಣೆಗಳೂ ಇವೆ. ಯೌವನಾವಸ್ಥೆ ಮುಗಿದು ಇಳುವಯಸ್ಸು ಪ್ರಾರಂಭವಾದಾಗ ಕಂಡುಬರುವ ಈ ರೋಗ, ಮೊದಲು ಬಾಯಿಗೆ ಕೀಲಿ ಹಾಕಿಬಿಡುತ್ತದೆ. ದೇಹದ ಸ್ನಾಯು ಶಕ್ತಿಬಲವೂ ಸಹ ತನ್ನಿಂದ ತಾನೇ ಕುಂದುತ್ತಾ ಬರುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಹೀಗಾಗಿ ದೇಹದ ಕೀಲುಗಳು ಮತ್ತು ಅಸ್ಥಿಬಂಧಗಳು (Joints and Ligaments), ಸ್ನಾಯು ಬೆಸೆತಗಳು (Muscle tendons) ಇವುಗಳ ಮೇಲೆ ಭಾರ ಹಾಕಿ ನೆಲದ ಮೇಲೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ದೇಹದ ಸಂಪೂರ್ಣ ಭಾರ ಪಾದ, ಹಿಮ್ಮಡಿ ಮತ್ತು ಮೊಣಕಾಲಿನ ಕೀಲು ಮತ್ತು ಅಸ್ಥಿಬಂಧಗಳ ಮೇಲೆ ಬೀಳು ವುದು. ಇನ್ನುಳಿದ ಮಣಿತ ಮತ್ತು ಸೆಟಿತ (Strech-ing Exercise), ಮುಂತಾದ ವ್ಯಾಯಾಮುಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಮಸಲ್ ಫೈಬರ್, ರಪ್‌ಚರ್, ಮಸಲ್ ಟಂಡನ್ ಇಫೆಕ್ಟ್, ಜರ್ಕ ಇಫೆಕ್ಟ್ ಆದಾಗ ಅಲ್ಲಿಯ ಸೆಲ್‌ಗಳು ಸಾಯುತ್ತವೆ. ಮತ್ತೆ ಹೊಸ ಸೆಲ್‌ಗಳು ಅವರವರ ಆರೋಗ್ಯ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಉತ್ಪತ್ತಿಗೊಂಡು, ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆಯಾದರೂ, ತೊಂದರೆ ಇಲ್ಲವೇ ನೋವು ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅತೀ ಸರಳವಾದ ವ್ಯಾಯಾಮದ ಮೂಲವಾದ ಈಜುವಿಕೆಯಿಂದ ದೇಹದ ಭಾರವೆಲ್ಲವೂ ನೀರಿನ ಮೇಲೆ ತೇಲು ತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ದೇಹದ ಸುತ್ತಲು ನೀರಿನ ಒತ್ತಡ ವಿರುವುದರಿಂದ ಯಾವುದೇ ಸ್ನಾಯುವಿನ, ಕೀಲುಗಳ, ಅಸ್ಥಿಬಂಧಗಳ, ಸ್ನಾಯು ಬೆಸೆತಗಳ ವಲಯದಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆ ಉದ್ಭವಿಸಲಾರದು. ನೀರಿನ ಸರ್ವತೋ ಮುಖ ಒತ್ತಡದಿಂದ ದೇಹ ಪ್ರಫುಲ್ಲಿತಗೊಳ್ಳುವುದು. ನಿಗದಿತ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಹಸಿವಾಗುವುದು, ಊಟ ಮಾಡಿದ ಆಹಾರ ಜೀರ್ಣಗೊಳ್ಳುವುದು, ಸುಖವಾದ ನಿದ್ರೆ ಬರುವುದು, ಇದರಿಂದ ಹೊಸ ರಕ್ತಕಣಗಳ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಅಭಿವೃದ್ಧಿ ಗೊಳ್ಳುವುದು ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸು ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದ ಇರುವುದು. ಹೀಗೆ ಹಲವಾರು ಲಾಭಗಳೊಂದಿಗೆ ದೇಹವು ಆರೋಗ್ಯಭರಿತ ವಾಗುತ್ತದೆ.

ಮೇಲೆ ಹೇಳಿದಂತೆ ದೇಹದ ಅವಯವಗಳೆಲ್ಲವೂ ಒಂದಕ್ಕೊಂದು ಅವಲಂಬಿತವಾಗಿ, ಪೂರಕವಾಗಿರು ವುದರಿಂದ, ಮೂರೂ ತರಹದ ನರಮಂಡಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಸುಧಾರಿಸುವುದರಿಂದ, ನರಮಂಡಲ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ನಿಯಂತ್ರಣದಲ್ಲಿರುವ ಮೂತ್ರಪಿಂಡವು (Kidney) ಅಭಾದಿತ ಪರಿಪೂರ್ಣ ಕಾರ್ಯ ನಿರ್ವಹಿಸುವುದರಿಂದ, ನಿಯಮಿತವಾದ ಈಜುವಿಕೆಯಿಂದ ನಿಸ್ಸಂದೇಹವಾಗಿಯೂ ಸಕ್ಕರೆ ಅಥವಾ ಮಧುಮೇಹ ರೋಗ ವನ್ನು ಬಾರದಂತೆ ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು ಹಾಗೂ ನಿಯಂ ತ್ರಿಸಬಹುದು. ■

ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮನೆ ಎಷ್ಟು ಕ್ಷೇಮ ?

ಡಾ.ಜಗದೀಶ್.ಎನ್., ನ್ಯಾಯ ವೈದ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗ, ಕಿಮ್ಸ್, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ

ಮನೆಯ ಹೊರಗಿನ ಹೂತೋಟದಲ್ಲಿ ದುಂಬಿ ಹೇಗೆ ಹೂವಿನ ಬಣ್ಣ, ಆಕಾರ, ಸುವಾಸ ನೆಯ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ ಒಳಪಡುತ್ತದೊ, ಹಾಗೆಯೇ ಮನೆಯ ಒಳಗೆ ಮಕ್ಕಳು ದಿನನಿತ್ಯ ಬಳಸುವ ಅನೇಕ ವಸ್ತುಗಳ ಬಣ್ಣ, ಆಕಾರ, ವಾಸನೆಗೆ ಆಕರ್ಷಿತವಾಗಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಅಪಾಯಕ್ಕೆ ಗುರಿ ಯಾಗುತ್ತವೆ. ಅವು ನಾವು ಬಿಸಾಡುವ ಬ್ಯಾಟ ರಿಯ ಸೆಲ್. ಕ್ರಿಮಿಕೀಟಗಳನ್ನು ದೂರವಿಡಲು ಬಳಸುವ ನ್ಯಾಪ್ ಥಲೀನ್ ಬಾಲ್ಸ್, ಬಚ್ಚಲು ಕ್ಲೀನ್ ಮಾಡಲು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಫೀನೈಲ್, ಸೌಂದರ್ಯವರ್ಧಕ ವಸ್ತು (ಉದಾ: ನೇಲ್ ಪಾಲೀಶ್ ರಿಮೂವರ್) ಅಥವಾ ವೈದ್ಯರು ಕೊಟ್ಟ ಮದ್ದುಗುಳಿಗೆಗಳಿರಬಹುದು.

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ತುರ್ತು ವಿಭಾಗಕ್ಕೆ ದಾಖಲಾಗುವ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಮನೆಯ ಲ್ಲಿದ್ದ ಅಪಾಯಕರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿ ಬರುವ ವರ ಸಂಖ್ಯೆ ಹೆಚ್ಚಿದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಅಡುಗೆಮನೆಯ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು (ಶೇ.೫೦), ಬಚ್ಚಲುಮನೆಯ ವಸ್ತು ಗಳನ್ನು (ಶೇ.೨೦) ಹಾಗೂ ಮಲಗುವ ಕೋಣೆಯ ವಸ್ತುಗಳ ಸೇವನೆ (ಶೇ.೧೦) ಕಾರಣ. ಈ ಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ನಾವು ಎರಡು ವಿಧವಾಗಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ಆಕಸ್ಮಿಕ ಸೇವನೆ, ಇನ್ನೊಂದು ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ಸೇವನೆ.

ಆಕಸ್ಮಿಕ ಸೇವನೆ ೫ ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಂಡು ಬಂದಿದ್ದು, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅವರೆಲ್ಲಾ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ವಸ್ತು ಸೇವಿಸಿರುತ್ತಾರೆ.

ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕ ಸೇವನೆ ೫ ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಯಸ್ಸಿನ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚು ಕಂಡು ಬಂದಿದ್ದು, ಅವರೆಲ್ಲಾ ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಿರುವ ಸಂಭವವೇ ಹೆಚ್ಚು. ಈ ಸೇವನೆ ಉದ್ದೇಶಪೂರ್ವಕವಾದ್ದರಿಂದ ವೈದ್ಯ ಕೀಯ ನೆರವು ಕೋರಲು ತಡವಾಗಿರುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಕ್ಕೆ ಅಪಾಯ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇನ್ನೊಂದು ಮುಖ್ಯ ವಿಷಯವೇನೆಂದರೆ ಈ ಉದ್ದೇಶ ಪೂರ್ವಕ ಸೇವನೆಗೆ, ಆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಲವಾರು ಕಾರಣಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಅವು ತಂದೆತಾಯಂದಿರ ಪ್ರೀತಿಗೆ ಹಾತೊರೆಯುತ್ತಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಮನೆಯ ಹದಗೆಟ್ಟ ವಾತಾವರಣಕ್ಕೆ ಬೇಸತ್ತು ತೆಗೆದುಕೊಂಡಿರಬಹುದು ಅಥವಾ ಮಾನಸಿಕ ತೊಂದರೆಯಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿರಬಹುದು.

ಆಕಸ್ಮಿಕ ಸೇವನೆ- ಅತೀ ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳು ಎಂದರೆ ಒಂದು ವರ್ಷಕ್ಕಿಂತ ಕಡಿಮೆ ವಯಸ್ಸಿನವರಲ್ಲಿ ಕಂಡುಬಂದರೆ, ವಿವರವಾಗಿ ಪರಿಶೀಲಿಸುವುದು ಅವಶ್ಯ. ಆ ಮಗುವಿನ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ಶಾರೀರಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಯನ್ನು ಗಣನೆಗೆ ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ, ಆ ಮಗು ಅನ್ವೇಷಣೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿ ವಿಷಕರ ವಸ್ತು ಸೇವಿಸುವ ಸಂಭವ ಕಡಿಮೆ. ಏಕೆಂದರೆ ತಂದೆ ತಾಯಂದಿರೇ ಬೇಡವಾದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೀಗೆ ತಿನ್ನಿಸಿ, ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಸಾಯಿಸಲು ಹವಣಿಸಿರುತ್ತಾರೆ. (ಮನ್‌ಚುಸನ್ ಸಿನ್‌ಡ್ರೋಮ್ ಬೈ ಪ್ರಾಕ್ಸಿ).

ಮಕ್ಕಳು ವಿಷಕರ ವಸ್ತು ಸೇವಿಸಿರುವು ದನ್ನು ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳುವುದು ಹೇಗೆ ?

★ ಮಕ್ಕಳೇ ತಿಂದ ವಸ್ತು ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿಸಿದರೆ.

★ ಮಕ್ಕಳು ಒಂದು ವರ್ಷದಿಂದ ಐದು ವರ್ಷದವರಾಗಿದ್ದರೆ, ಒಮ್ಮೆಲೆ ಅಸ್ವಸ್ಥರಾಗಿ, ಜ್ವರದಿಂದ ಅಥವಾ ಜ್ವರವಿಲ್ಲದೆ, ಅಪಸ್ಮಾರಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾದರೆ ಅಥವಾ ಪ್ರಜ್ಞೆ ತಪ್ಪಿದರೆ.

★ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮನೆಯ ದಿನನಿತ್ಯ ಬಳಸುವ ವಸ್ತುಗಳ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು, ವಾಂತಿ, ಭೇದಿಯೇ ಹೆಚ್ಚು.
ಬಾಯಿಂದ ಅಸಾಮಾನ್ಯ ವಾಸನೆ, ರಕ್ತ, ಸುಟ್ಟಕಲೆಗಳು ಕಂಡುಬಂದರೆ, ಬಟ್ಟೆ, ಚರ್ಮದ ಮೇಲೆ ರಕ್ತ, ಕಲೆ ಸುಟ್ಟ ಗುರುತು ಕಂಡು ಬಂದರೆ.

★ ಯಾವುದಾದರೂ ಗೊತ್ತಿಲ್ಲದ ಪದಾರ್ಥ ವನ್ನು ಸೇವಿಸಿದ್ದರೆ (ಉದಾ: ಲೇಬಲ್ ಇಲ್ಲದ ಡಬ್ಬದಿಂದ ಸೇವನೆ).

-ಹಿರಿಯರು ಉದಾಸೀನದಿಂದ ಬಿಸಾಡಿದ ಮಾತ್ರೆ, ಗುಳಿಗೆಗಳು ಮಕ್ಕಳ ಸಾವಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗ ಬಹುದು. ಮಕ್ಕಳು ಅವುಗಳ ಕಡೆ ಆಕರ್ಷಿತರಾಗ ದಂತೆ ತಡೆಯಲು ಸಂಶೋಧನೆ ಮುಂದುವರಿ ಸಿದ್ದು, ಇನ್ನು ಮೇಲೆ ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳು ಆಕರ್ಷಿತರಾಗ ದಂತೆ ಬಣ್ಣ, ಆಕಾರಗಳಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳು ತೆಗೆಯಲಾಗದಂತಹ ಡಬ್ಬ, ಬಾಟಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಪಾ ಯಕರ ಮಾತ್ರೆಗಳು, ಔಷಧಿಗಳು ಬರುತ್ತವೆ. ಆದರೂ ಹಿರಿಯರು ತಮ್ಮ ಮಾತ್ರೆ ಔಷಧಿ ಗಳನ್ನು ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ಕೈಗೆ ಸಿಗದಂತೆ ಜೋಪಾನ ವಾಗಿಡಬೇಕು. ಇಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅವರ ಪ್ರಾಣರಕ್ಷಕ ವಾದ ಮಾತ್ರೆ, ಔಷಧಿಗಳು ಚಿಕ್ಕಮಕ್ಕಳ ಪ್ರಾಣಕ್ಕೆ ಮಾರಕವಾಗಬಹುದು.

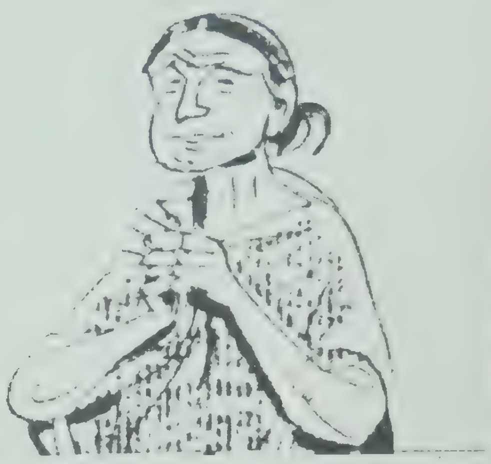


ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಚಹ ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಪಾನೀಯ. ಭಾರತೀಯರ ದಿನ ಆರಂಭವಾಗುವುದೇ ಚಹದಿಂದ. ಆದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಚಹ ಕುಡಿಯುವುದರಿಂದ ತಲೆನೋವು, ನಿದ್ದೆಯಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ, ಅಜೀರ್ಣ, ಹೊಟ್ಟೆಯ ಬಾಧೆ ಇತ್ಯಾದಿ ತೊಂದರೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಪುರಾತನರು ಚಹವನ್ನು ನಾನಾ ಮಸಾಲೆಗಳೊಂದಿಗೆ ಬಳಸಿ ಕೆಲವಾರು ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಗುಣಪಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು.



ಅಜ್ಜಿಯರ ಚಹಾಗಳು



ಇಂದಿಗೂ ಮಸಾಲೆ ಟೀ ಜನಪ್ರಿಯ ಚಹವೆನಿಸಿದೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಶುಂಠಿ ಬೆರೆಸಿದ ಚಹ, ಏಲಕ್ಕಿ, ದಾಲ್ಚಿನ್ನಿ, ಲವಂಗ ಬೆರೆಸಿದ ಚಹಗಳೂ ಜನಪ್ರಿಯವೇ.

ಚಹಪುಡಿ ಬಳಸದ ಬೇರೆಯದೇ ಆದ ಚಹಗಳೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ರೂಢಿಯಲ್ಲಿದ್ದವು. ಅಂಥ ಕೆಲವನ್ನು ನೋಡೋಣ.

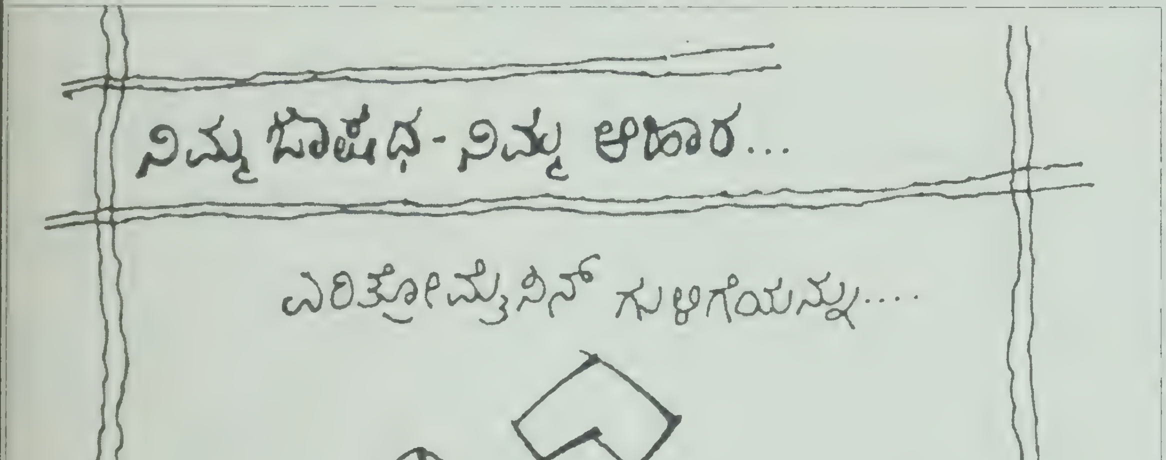
ಅಜೀರ್ಣಕ್ಕಾಗಿ ಚಹ

ಎರಡು ಕಪ್ ನೀರು ಕುದಿಸಿ ಒಂದು ಚಹ ಚಮಚ ಕೊತ್ತಂಬರಿ(ದನಿಯಾ), ಒಂದು ಚಹ ಚಮಚ ಜೀರಿಗೆ, ಒಂದು ಚಹ ಚಮಚ ಸೋಂಪು ಹಾಕಿ ಸೋಸಿ ಕುಡಿದರೆ ಅಜೀರ್ಣ ತೊಂದರೆಗಳು ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ.

ಶುಂಠಿ ಚಹ

ನಾಲ್ಕು ಕಪ್ ನೀರನ್ನು ಕುದಿಸಿರಿ. ಎರಡು ತುಂಡು ತಾಜಾ ಶುಂಠಿಯನ್ನು ಸಿಪ್ಪೆ ತೆಗೆದು ಕುದಿಯುವ ನೀರಿಗೆ ಹಾಕಿರಿ. ಬೆಂಕಿ ತಗ್ಗಿಸಿ ಹದಿನೈದು ನಿಮಿಷ ಕುದಿಸಿ ಬಳಿಕ ಸೋಸಿ ಅಗತ್ಯದಷ್ಟು ಲಿಂಬೆರಸ, ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯಿರಿ.

ನೆಗಡಿ, ಶೀತ, ಗಂಟಲಕೆರೆತ, ಬ್ರಾಂಕೈಟಿಸ್, ಅಜೀರ್ಣಗಳಿಗೆ ಇದು ಹಿತಕಾರಿ.



ಮೆಂತ್ಯದ ಚಹ

ಒಂದು ಕಪ್ ನೀರಿಗೆ ಒಂದು ಚಹ ಚಮಚ ಮೆಂತ್ಯವನ್ನು ಸೇರಿಸಿರಿ. ರಾತ್ರಿಯಿಡೀ ನೆನೆಹಾಕಿ, ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ಅದನ್ನು ಕುದಿಸಿರಿ, ಬಳಿಕ ಸೋಸಿ ರುಚಿಗೆ ತಕ್ಕಷ್ಟು ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ.

ಅಜೀರ್ಣಕ್ಕೆ, ನರದೌರ್ಬಲ್ಯಕ್ಕೆ ಇದು ಮದ್ದು ಹಾಗೂ ಉಸಿರಾಟವನ್ನು ಸುಗಮಗೊಳಿಸುತ್ತದೆ.

ಎಚ್ಚರಿಕೆ : ಗರ್ಭಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಚಹ ಕುಡಿಯಬಾರದು. ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಾಲು ಕುಡಿಸುವ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಇದು ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದಾಗಿದೆ. ಇದು ಮೊಲೆಹಾಲನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುತ್ತದೆ.

ಓಮದ ಚಹ

ಒಂದು ಕಪ್ ನೀರನ್ನು ಕುದಿಸಿ ಅರ್ಧ ಚಹ ಚಮಚ ಓಮವನ್ನು ಹಾಕಿರಿ. ಐದು ನಿಮಿಷ ಕುದಿಸಿ, ಸೋಸಿ ಅರ್ಧ ಚಹಚಮಚ ಜೇನುತುಪ್ಪ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯಿರಿ. ಇದನ್ನು ಹೆಚ್ಚು ಹೊತ್ತು ಕುದಿಸಿದರೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ.

ವಾಕರಿಕೆ, ಉಬ್ಬಳಿಕೆ, ವಾಂತಿಗೆ ಇದು ಉತ್ತಮ ಶಮನಕಾರಿಯಾಗಿದೆ. ಹೊಟ್ಟೆಯ ಎಳೆತ, ಹೃದಯದ ಬಿಗಿತಗಳಿಗೂ ಇದು ನಿವಾರಣಾ ಔಷಧಿಯಾಗಿದೆ.

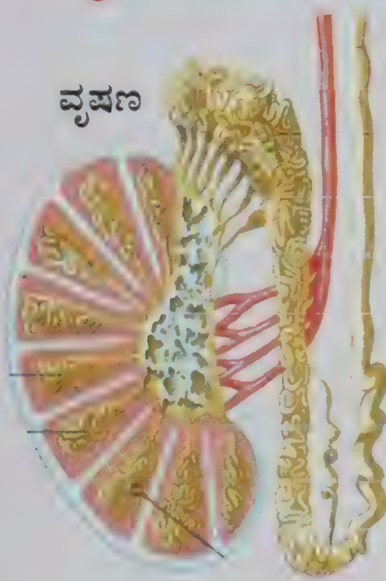
ಲಿಂಬೆಯೊಂದಿಗೆ ಚಾ ಡಿಕಾಕ್ಷನ್

ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ನಾಡುಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಲು ಹಾಕದೆಯೇ ಚಹ ಕುಡಿಯುತ್ತಾರೆ. ಬ್ಲ್ಯಾಕ್ ಈಸ್ ಬ್ಯೂಟಿಫುಲ್ ಎಂದೂ ಕರಿಚಹದ ಬಗೆಗೆ ಹೇಳಲಾಗುತ್ತದೆ. ಚಹ ಮತ್ತು ಕಾಫಿಯ ಡಿಕಾಕ್ಷನ್‌ಗಳಲ್ಲಿರುವ ಫ್ಲೆವೆನಾಯಿಡ್ಸ್ (Flavanoids) ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯುತ್ತದೆ ಎಂಬ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕಾರಣವನ್ನೂ ಇದಕ್ಕೆ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಾಲು ಸೇರಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ಫ್ಲೆವೆನಾಯಿಡ್ಸ್ ನಷ್ಟ ಹೊಂದುತ್ತವೆ. ಕಪ್ಪು ಚಹಕ್ಕೆ (ಡಿಕಾಕ್ಷನ್) ಲಿಂಬೆರಸ ಸೇರಿಸಿ ಕುಡಿಯುವುದು ರುಚಿಯಾದುದಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ, ಅದು ಫ್ಲೆವೆನಾಯಿಡ್ಸ್ ಪೂರ್ತಿಯಾಗಿ ದೇಹಕ್ಕೆ ದಕ್ಕುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಮಾನವ ಜನ

ವೃಷಣದ ಲಂಬ ಸೀಳು ನೋಟ

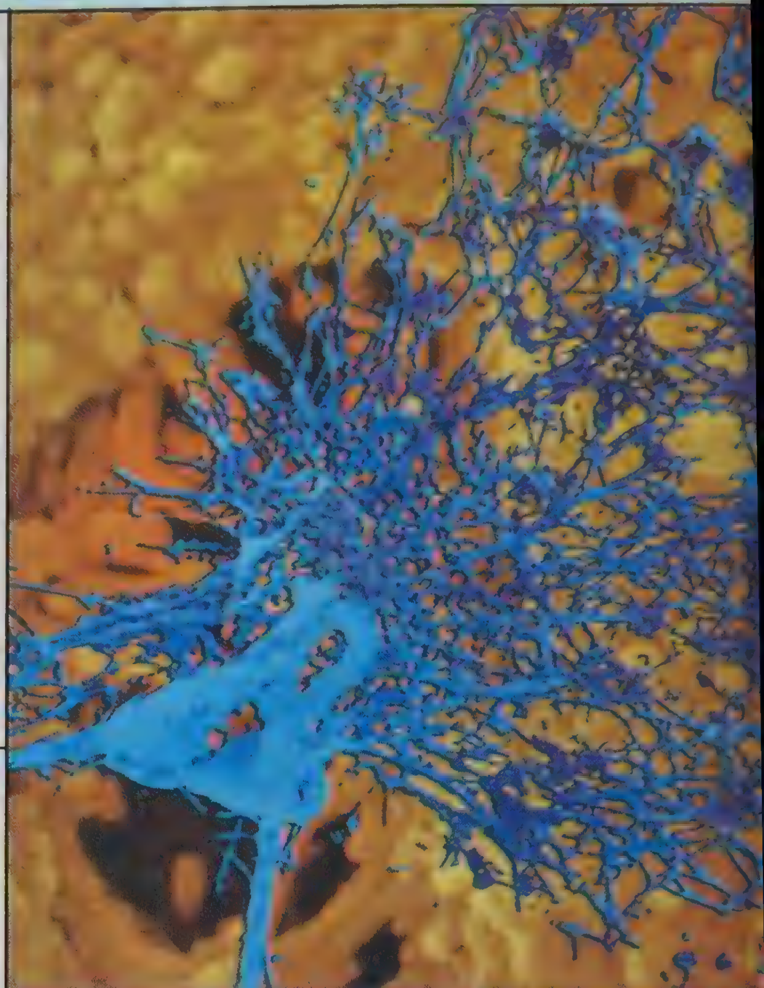


ವೀರ್ಯೋತ್ಪಾದಕ ನಾಳಗಳನ್ನು ನೋಡಿ. ಇವೆಲ್ಲ ಕೊನೆಗೆ ವೃಷಣ ಮೇಲ್ನಾಳವನ್ನು ಸೇರುತ್ತವೆ. ಇದೊಂದು ಅತ್ಯಂತ ತಿರುಚು ತಿರುಚಾಗಿ ರುವ ನಾಳ. ಇದು ವೀರ್ಯವಾಹಕ ನಾಳವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸುತ್ತದೆ.

ಅಂಡಾಶಯದ ಸಮತಳ ಸೀಳು ನೋಟ



ಬಲಿತ ಅಂಡಾಣು, ಅಂಡಾಶಯವನ್ನು ಭೇದಿಸಿಕೊಂಡು ಹೊರಬರುತ್ತಿದೆ.



ನಾವು ನೀವು ನಮ್ಮ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಒಂದ
ವಿಜಯಿಗಳಾಗಿದ್ದೇವೆ. ಅದು ನಿಮಗೆ ಗ
ನೂರಲ್ಲ, ಸಾವಿರವಲ್ಲ, ಲಕ್ಷವಲ್ಲ...
ಭುವಿಯ ವ
ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣದ ಈ
ನಿಮಗಾಗಿ

ವೀರ್ಯೋತ್ಪಾದಕ ಕಾರ್ಖಾನೆ



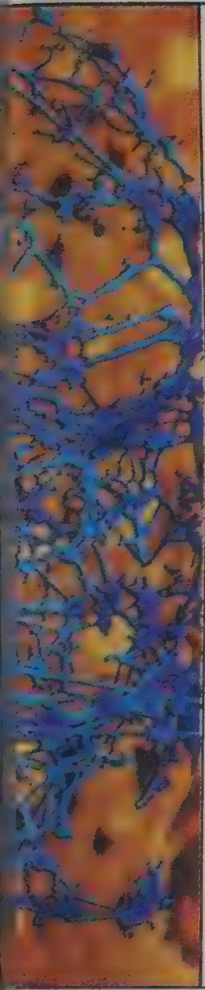
ಆರೋಗ್ಯವಂತ ವ್ಯಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ದಿನಕ್ಕೆ ೨೫೦ ದಶಲಕ್ಷ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಉತ್ಪಾದನೆ ಯಾಗುತ್ತವೆ. ಸದಾ ಕಾಲ ಸ್ಖಲನಕ್ಕೆ ೧,೦೦೦ ದಶಲಕ್ಷ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಸಿದ್ಧವಾಗಿರುತ್ತವೆ.

ಮೆರಥಾನ್ ಓಟದ ಆರಂಭ



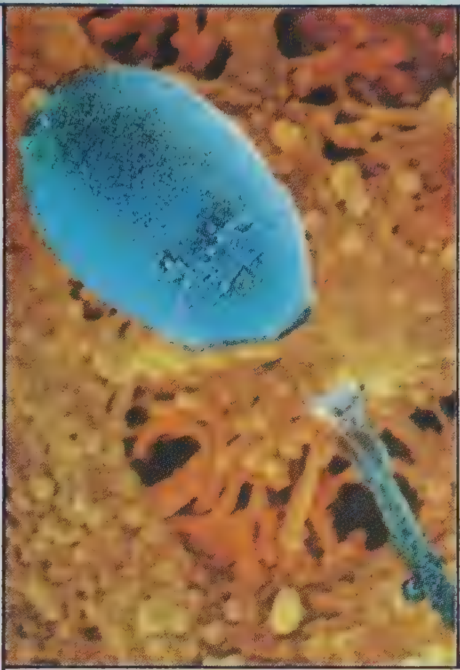
ಒಂದು
ಸುವ
ದಶಲಕ್ಷ
ಗಳಿರು
ಒಮ್ಮೆಲೆ
ಅ
ಅದ
ತಾ

ವಿಜಯಗಾಥೆ



ಗರ್ಭ ಕಟ್ಟುವಿಕೆ.

ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ವೀರ್ಯಾಣು ವಿನಲ್ಲಿರುವ ವರ್ಣಕಾಯಗಳು, ಅಂಡಾಣು ವರ್ಣಕಾಯಗಳ ಜೊತೆ ಸೇರಲು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ. ವೀರ್ಯಾಣುವಿನಲ್ಲಿ y ವರ್ಣ ಕಾಯವಿದ್ದರೆ ಗಂಡು ಮಗು, Xವರ್ಣ ಕಾಯವಿದ್ದರೆ ಹೆಣ್ಣು ಮಗುವು ಜನಿಸುತ್ತದೆ. ನಂತರ.... ನವಮಾಸದಲ್ಲಿ ಶಿಶು ಪ್ರಸವಿಸುತ್ತದೆ.



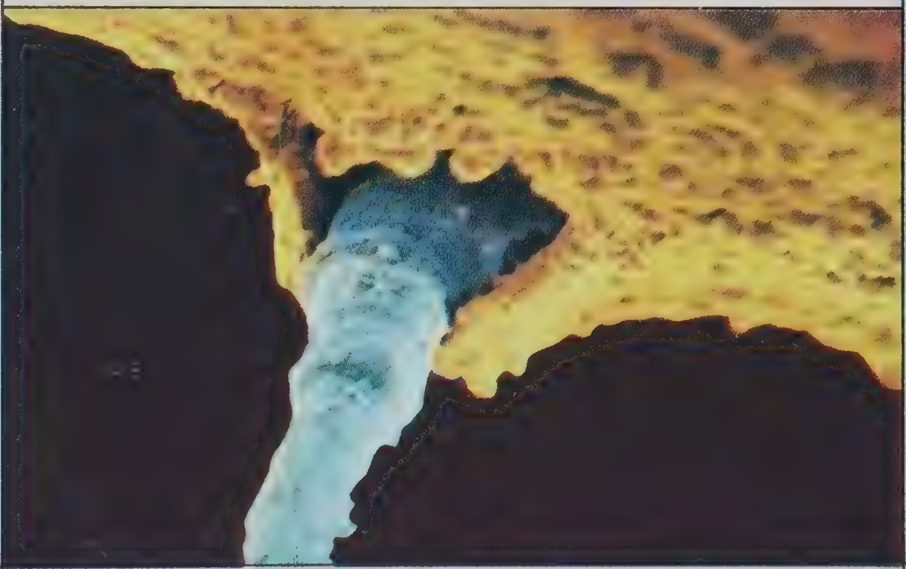
ಬಾಲ ವಿಸರ್ಜನೆ

ಅಂಡಾಣು ಪ್ರವೇಶವಾಗುತ್ತಿರುವಂತೆ ಬಾಲ ಹೊರಗೆ ಉಳಿದುಬಿಡುತ್ತದೆ.

ಅಂಡಾಣು ಪ್ರವೇಶ

೩೦೦ ದಶಲಕ್ಷ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ಒಂದು, ಮೆರಥಾನ್ ಓಟದಲ್ಲಿ ಅಂತಿಮ ವಿಜಯ ಪಡೆದ ಮೊಟ್ಟ ಮೊದಲನೆಯ ವೀರ್ಯಾಣು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಕೊರೆಯುತ್ತಿದೆ.

…ನ್ ಮೆರಥಾನ್ ಓಟದಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿ
… ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ಭಾಗವಹಿಸಿದ್ದ ಸ್ಪರ್ಧಿಗಳು
…ಕ್ಷ! ಈ ಸ್ಪರ್ಧೆಯ ಪಾರಿತೋಷಕ....
…ದಾರ್ಪಣೆ!!
…ಟದ ಹಲವು ವರ್ಣ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು
…ಡಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ.

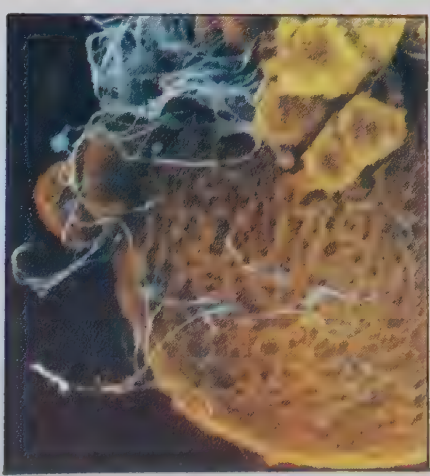


ಕೋಶ ಕೋಟೆಗೆ ಲಗ್ಗೆ



ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಕೋಶಗಳ ಪದರ ಆವರಿಸಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಪದರಗಳನ್ನು ಬೇಧಿಸಿ ವೀರ್ಯಾಣು ಗಳು ಒಳ ನುಗ್ಗುತ್ತಿವೆ.

ಅವಕುಂಠನ ತೆರೆದ ಅಂಡಾಣು



ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಕೋಶ ಕೋಟೆಯನ್ನು ಕರಗಿಸುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಅಂಡಾಣು ಈಗ ಮುಕ್ತವಾಗಿದೆ.

ಬದುಕು ಒಂದು ಸಮಸ್ಯೆಯೇ. ಎಲ್ಲ ಮಟ್ಟದ ಜನರಿಗೂ ಈ ಸಮಸ್ಯೆಗಳ ಸಂಕೋಲೆ ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಲ್ಲ.

ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ

ಆದರೆ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮದೇ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವೀ ಬದುಕು ಬಾಳುವುದು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಹೇಗೆ?

ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆ ಇರುವುದರಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲರೂ ಬಾಳುತ್ತಾರೆ. ಈ ಬಾಳಿನ ಹಿನ್ನೆಲೆಯಲ್ಲಿರುವುದೇ ಚಿಂತನೆ. ಚಿಂತನೆ ಹಳಿತಪ್ಪಿದಾಗ ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ಸೋಲಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೆಳಕಂಡ ಅನಿಸಿಕೆಗಳು, ಚಿಂತನೆಗಳು ನಿಮ್ಮಲ್ಲಿ ಇವೆಯೇ? ಎಂದು ನಿಮ್ಮನ್ನು ನೀವೇ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳಿ. ಆ ಮೂಲಕ ನೀವೇ ನಿಮ್ಮನ್ನು ಸ್ವಪರೀಕ್ಷೆಗೀಡು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಿ.

ಅದೇ ವೇಳೆ ಕೆಳಗಿನ ವಿಷಯಗಳಿಗೆ ಹೌದು ಅಥವಾ ಇಲ್ಲವೆಂಬ ಉತ್ತರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಿ. ಹೌದು ಎಂದಾದರೆ ರೈಟ್ ಮಾರ್ಕ್ ಹಾಕಿ.

೧) ಇದನ್ನು ಮಾಡಲಿಕ್ಕಾ, ಇಷ್ಟೊಂದು ಕಷ್ಟಪಟ್ಟಿದು ಎಂದು ಎಣಿಸಿದ್ದಿದೆಯೇ? ☐

೨) ಭವಿಷ್ಯತ್ ಕಾಲವು ಇರುಳು ತುಂಬಿದ ಶೂನ್ಯವೆಂದು ಬಗೆಯುತ್ತೇನೆ. ☐

೩) ಬದುಕಿನಲ್ಲಿ ನಾನು ಕಷ್ಟಪಡಬೇಕು ಎಂಬುದು ನನ್ನ ಹಣೆಬರಹವೆಂದು ನೊಂದುಕೊಳ್ಳುವುದಿದೆ. ☐

೪) ನನಗೆ ಇನ್ನು ವಿಮೋಚನೆ ಸಿಕ್ಕೀತು ಎಂಬ ನಂಬಿಕೆ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಎಣಿಸುವುದುಂಟು. ☐

೫) ನನ್ನ ಶಕ್ತಿ, ಬಲ ಎಲ್ಲವೂ ಕುಗ್ಗಿ ಹೋಯಿತು, ತಗ್ಗಿಹೋಯಿತು ಎಂದು ಹೇಳುವುದುಂಟು. ☐

೬) ಬೇರೆಯವರಂತೆ ನಾನು ಸಾಮರ್ಥ್ಯಶಾಲಿ ಅಲ್ಲವೆಂದು ಚಿಂತಿಸುವುದುಂಟು. ☐

೭) ಯಾವುದೊಂದೂ ಫಲವಿಲ್ಲದ್ದಾಗಿಯೂ, ಉಪಯೋಗವಿಲ್ಲದ್ದಾಗಿಯೂ ಕಾಣುವುದನ್ನು ಅರಿಯುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ☐

೮) ಯಾವಾಗಲೂ ಹಾಸಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮುರುಟಿಕೊಂಡು ನಿದ್ರಿಸೋಣವೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ☐

೯) ನನಗೇ ಹಿಡಿಸದ ಗುಣಗಳೇ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಇವೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ☐

೧೦) ಹೊರಗೆ ಹೋಗುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು ತುಂಬ ಪ್ರಯತ್ನ ಮತ್ತು ಪ್ರಯಾಸ ಪಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ☐

೧೧) ನಾನು ಹಿಂದುಳಿದು ಹಿಪ್ಪೆಯಾಗಿ ಹೋದೆ ಎಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ☐

೧೨) ಭವಿಷ್ಯಕಾಲವೆಂಬುದು ಸವಾಲುಗಳನ್ನು ಪೇರಿಸಿಟ್ಟ [illegible]ವೆಂದು ಎಣಿಸುತ್ತೇನೆ. ☐

೧೩) ನನ್ನ ಆಲೋಚನೆಗಳು ಒದ್ದಾಡಿ. [illegible] ಹೋಗುತ್ತಿವೆಯೆಂದು ಎಣಿಸುವುದುಂಟು. ☐

೧೪) ನಾನು ಮಾಡುವ ಕಾರ್ಯಗಳಿಂದ ನಾನು ತೃಪ್ತಿಪಡುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದೆನಿಸುತ್ತದೆ. ☐

೧೫) ಕಳೆದ ಕಾಲಘಟ್ಟದಲ್ಲಿ ತುಂಬ ತಪ್ಪು ಮಾಡಿ ಬಿಟ್ಟೆ ಎಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ☐

೧೬) ಒಂದು ಚಿಕ್ಕ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಲು ಕೂಡ ಹೆಚ್ಚಿನ ಗಮನವನ್ನು ಒಗ್ಗೂಡಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ. ☐

೧೭) ನಾನು ಮಾಡುವುದೆಲ್ಲವೂ ಕೆಟ್ಟದ್ದಾಗಿಯೇ ಮುಗಿಯುತ್ತದೆ ಎಂದು ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ, ಚಿಂತೆ ಪಡುವುದುಂಟು. ☐

೧೮) ಓಡಿಯಾಡಿ ಕುಗ್ಗಿ ಮೂಲೆ ಸೇರಿದನೇ ಎಂದನಿಸುತ್ತದೆ. ☐

೧೯) ಕೆಲವು ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದ್ದಕ್ಕಾಗಿ ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪ ಪಡುವುದುಂಟು. ☐

೨೦) ನನಗೆ ಹೊಸ ಜೀವ ನೀಡಿ, ಉತ್ಸಾಹ ಕೊಡುವಂತಹ ಯಾವುದನ್ನೂ ಮಾಡಲಾಗದವನಾಗಿದ್ದೇನೆ. ☐

೨೧) ಇಂದು ನಡೆಯುತ್ತಿರುವವುಗಳೆಲ್ಲವೂ ನನ್ನನ್ನು ಸುಸ್ತುಗೊಳಿಸುವವುಗಳೇ ಆಗಿವೆಯೆಂದು ಎಣಿಸುತ್ತೇನೆ. ☐

೨೨) ನನಗೆ ನಿಜವಾದ ಸ್ನೇಹಿತರುಗಳು ಯಾರೂ ಇಲ್ಲವೆಂದು ಅನಿಸುತ್ತದೆ. ☐

೨೩) ನನಗೆ ಹಲವಾರು ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇವೆ ಎಂದು ಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ☐

೨೪) ನನಗೆ ನಂಬಿಕೆಯ, ಆತ್ಮೀಯರಾದ ಸ್ನೇಹಿತರೆನ್ನುವವರು ಯಾರೂ ಇಲ್ಲ. ☐

೨೫) ನಾನು ಬೇರೆ ಯಾರಾದರೂ ಆಗಿದ್ದರೆ ಒಳಿತಿತ್ತು ಎಂದುಕೊಳ್ಳುವುದುಂಟು. ☐

೨೬) ಕೆಲವು ತಪ್ಪು ತೀರ್ಮಾನ ತೆಗೆದುಕೊಂಡುದಕ್ಕೆ ನನ್ನ ಮೇಲೇ ನಾನು ಕೋಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದುಂಟು. ☐

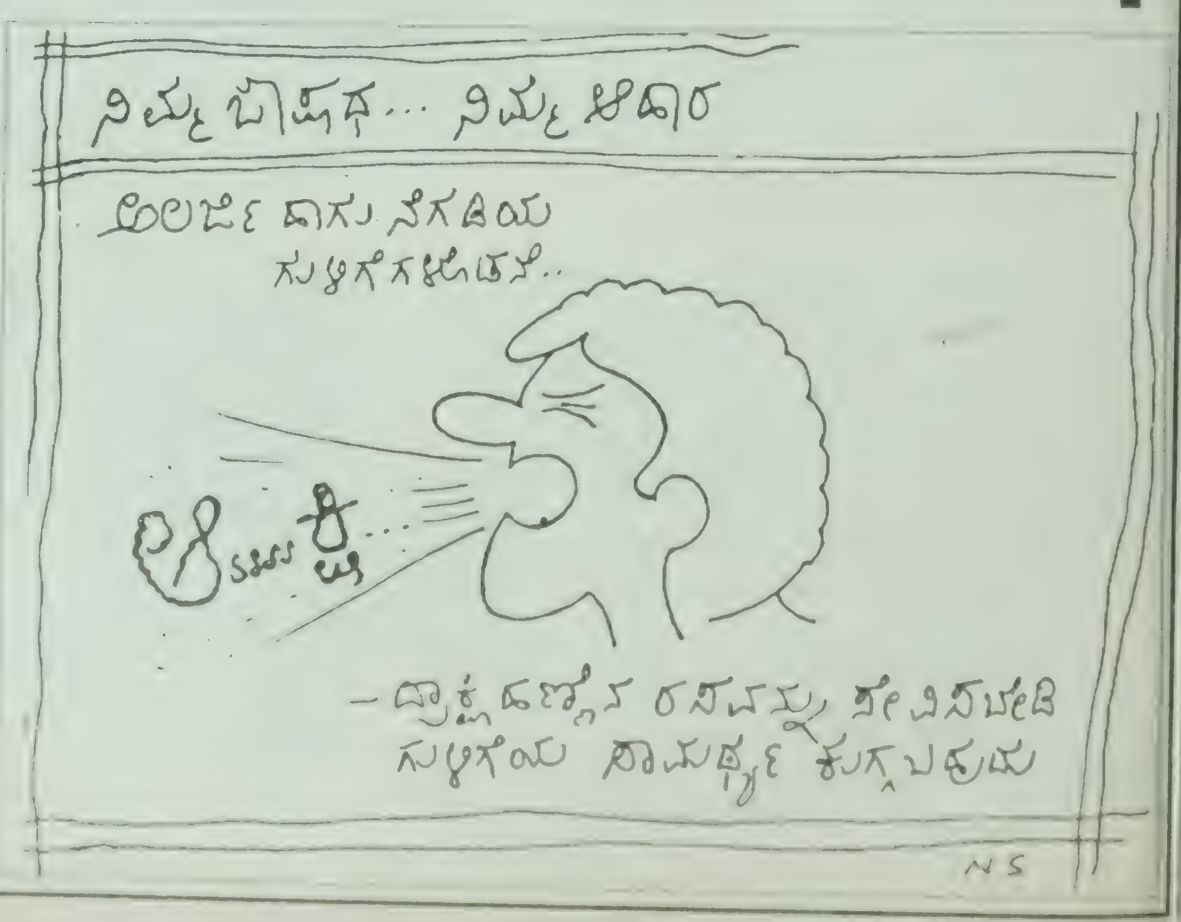
೨೭) ಬೇರೆಯವರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಬಗೆಗೆ ಒಳ್ಳೆಯ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ಉಂಟುಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ☐

೨೮) ಭವಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಒಳ್ಳೆಯದಾದೀತೆಂಬ ನಂಬಿಕೆಯೇ ಬರುತ್ತಿಲ್ಲ. ☐

೨೯) ಹಿಂದಿನಂತೆ ಈಗೆಲ್ಲ ನನಗೆ ತೃಪ್ತಿಯಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ☐

೩೦) ಯಾವುದಾದರೊಂದು ಬದಲಾವಣೆಯಾಗದ ಹೊರತು ನಾನು ಮುಂದುವರಿಯುವುದು ಶ್ರಮದಾಯಕವೆನಿಸುತ್ತದೆ. ☐

ಈ ಟಿಕ್ ರೈಟ್ ಹಾಕಿದ್ದನ್ನೆಲ್ಲ ಎಣಿಸಿರಿ. ೧೫ಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ರೈಟ್ ಮಾರ್ಕ್ ಪಡೆದಿದ್ದರೆ ನೀವು ನಿಮ್ಮ ಚಿಂತನೆ ಮತ್ತು ನಡೆಯನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ■



ಮದುವೆ ಬೇಕೋ? ಬೇಡವೋ?, ಯೋಗ್ಯ ನಿರ್ಧಾರ ಕೈಗೊಳ್ಳಿ.

ಡಾ|| ಟಿ.ಎಸ್.ಸತ್ಯನಾರಾಯಣರಾವ್

ಮನುಷ್ಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ವಿಚಾರಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯೋಚಿಸಿ, ನಿರ್ಧಾರ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲೂ ಯಾವುದು ಇಲ್ಲವೋ, ಅದು ಬೇಕೆನ್ನುವುದು ಮನುಷ್ಯನ ಜಾಯಮಾನವೇ ಸರಿ. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನೈಸರ್ಗಿಕವಾಗಿಯೂ ನಡೆಯುವುದು ತದ್ವಿರುದ್ಧವಾಗಿಯೇ ! ಹಲ್ಲಿದ್ದರೆ ಕಡಲೆಯಿಲ್ಲ ಎಂದು ಕೇಳಿದ್ದಿರೀ ತಾನೆ ! ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಆಸೆ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳಿಗೂ, ನಿಜಸ್ಥಿತಿಗೂ ಅಜಗಜಾಂತರ ವ್ಯತ್ಯಾಸ. ಈ ಹಲವಾರು ಜಿಜ್ಞಾಸೆಗಳಲ್ಲಿ, ಒಂದು ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ''ಮನುಷ್ಯನ ವೈವಾಹಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಪಟ್ಟ ವಿಚಾರ'' ಎಂದರೆ ಅತಿಶಯೋಕ್ತಿಯಾಗಲಾರದು. ಅದರಲ್ಲೂ ಮದುವೆಯಾಗಬೇಕೋ, ಬೇಡವೋ ? ಎಂಬ ವಿಚಾರ ಹಲವು ಜನರಿಗೆ ಬಿಡಿಸಲಾಗದ ಕಗ್ಗಂಟಾಗಿದ್ದರೆ ಆಶ್ಚರ್ಯವಿಲ್ಲ. 'ಮನೆ ಕಟ್ಟಿ ನೋಡು ' ಎಂದಂತೆ 'ಮದುವೆಯಾಗಿ ನೋಡು' ಎಂಬ ಜನ ನುಡಿಯನ್ನೂ ನಾವೆಲ್ಲಾ ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಅದು ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾದ ವಿಚಾರವಲ್ಲ, ಕಷ್ಟವೋ ಏನೋ ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಅನುಭವಿಸಿ ನೋಡಬೇಕಷ್ಟೆ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಹಿರಿಯರು ಹೇಳಿದ ರೀತಿಯದು. ಮದುವೆಯೆಂದರೆ ಯಾರಿಗಾದರೂ ಹಲವಾರು ಭಾವನೆಗಳು ಮೂಡುತ್ತವೆಯಲ್ಲವೇ ? ಅದರಲ್ಲೂ ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ತದನಂತರ ಮೂಡುವ ಭಾವನೆಗಳು ಹಲವು. ಹಳೆಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಹಿರಿಯರು ಮದುವೆಯನ್ನು ನಿಶ್ಚಯಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಹಿರಿಯರದೇ ಮನೆಯ ವ್ಯವಹಾರವೆಲ್ಲ! ಹಾಗಾಗಿ ಮದುವೆ ಕಷ್ಟವೆನಿಸುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ ನಿಜ. ಆದರೆ ಈಗಿನ ಕಾಲದಲ್ಲೊ, ಮದುವೆಯೆಂದ ಕೂಡಲೆ ಬರುವ ಜವಾಬ್ದಾರಿ ಹೆದರಿಕೆ ಹುಟ್ಟಿಸುವಂತಹದು. ತನ್ನ ಕಾಲ ಮೇಲೆ ತಾನು ನಿಲ್ಲುವ ತನಕ ಮದುವೆಯಾಗಲಾರೆ ಎನ್ನುವುದು ಹುಡುಗರ, ಗಂಡಸರ ಮಾತಾದರೆ, ಸರಿಯಾದ ಗಂಡು ಬರುವ ತನಕ ಮದುವೆಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಎನ್ನುವುದು ಹುಡುಗಿಯರ, ಹೆಂಗಸರ ಪಟ್ಟು, ಮದುವೆಯಾದ ಮೇಲೆ ಹಲವು ಜವಾಬ್ದಾರಿಗಳ- ಮನೆ, ಸಂಸಾರ, ಮಕ್ಕಳು, ಶಾಲೆ, ನೆಂಟರು, ದುಡ್ಡು, ಹೊಂದಾಣಿಕೆ- ಹೀಗೆ ಒಂದೇ, ಎರಡೇ ಕಷ್ಟಗಳು? ಆದರೂ ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಮದುವೆಯಾಗ ಬಯಸುತ್ತೇವೆ, ಮದುವೆಯಾಗು ತ್ತೇವೆ. ಏತಕ್ಕೆ? ನಾವು ಕಾಣುವ ಲಾಭ, ನಷ್ಟಗಳಾದರೂ ಏನು? ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳಿಂದಾಗಲಿ, ಜನರಿಂದಾಗಲೀ ನಾವು ಅರಿತಿರುವುದಾದರೂ ಏನು ? ವಿಚಾರಿಸೋಣ.

ಮದುವೆಯನ್ನು ಬಯಸಲು, ಮದುವೆಯಾಗಲು ಒಳ್ಳೆಯ ಕಾರಣಗಳು

೧) ಸ್ನೇಹ ಸಾಂಗತ್ಯ

ಸ್ನೇಹವನ್ನು ಬಯಸುವುದು ಮನುಷ್ಯನ ಒಂದು ಅತಿಮುಖ್ಯವಾದ ಗುಣ. ಮನುಷ್ಯ ಸಮಾಜ ಜೀವಿ ಎಂದು ನಾವು ಬಲ್ಲೆವು. ಅದರಲ್ಲೂ ನಮ್ಮ ಬೇಕು, ಬೇಡಗಳನ್ನು, ಅನಿಸಿಕೆಗಳನ್ನು ಬೇರೆಯವರೊಂದಿಗೆ ಹಂಚಿಕೊಳ್ಳಬಯಸುತ್ತೇವೆ. ಬಯಕೆ ನನ್ನ ಅಚ್ಚುಮೆಚ್ಚಿನವರೊಂದಿಗೆ ಸುಲಭವಾಗಿ ಸಾಧ್ಯ. ಅಂತಹವರನ್ನು ನಾವು ಒಪ್ಪುತ್ತೇವೆ. ತಪ್ಪುಗಳನ್ನು ಮರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅವರ ಸಹವಾಸ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುದ ನೀಡುತ್ತದೆ. ಅಂತಹವರೊಂದಿಗೆ, ನಿಮಿಷ, ಗಂಟೆ, ದಿನಗಟ್ಟಲೆ ಕಳೆಯಲು ಹಾತೊರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಅಂತಹವರೊಂದಿಗೆ ಸಂಸಾರ, ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಬಯಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ನಿರೀಕ್ಷೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

೨. ಲೈಂಗಿಕತೆ

ಲೈಂಗಿಕತೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಹಾಸುಹೊಕ್ಕಾಗಿದೆ ಎಂದರಿತಿದ್ದೇವೆ. ಅದು ಹಲವು ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಟ್ಟುಪಾಡುಗಳಿಗೂ ಒಳಗಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಾವು ಬಲ್ಲೆವು. ಮಿತಿಮೀರಿದ ಲೈಂಗಿಕ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯ ಹಲವು ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಲ್ಲದು ಎಂದು ಹಿರಿಯರು ಅರಿತಿದ್ದರಿಂದಲೇ 'ಮದುವೆ ಯೆಂಬ' ವ್ಯವಸ್ಥೆಯನ್ನು ಮಾಡಿದರು. ಕೆಲವು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ಸಮಾಜಗಳಲ್ಲಿ ಈ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ದುರವಸ್ಥೆಗಳಿಗಿಳಿದಿದ್ದರೂ ನಮ್ಮ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಈಗಲೂ ಅತಿಮುಖ್ಯಪಾತ್ರವನ್ನು ಅದು ವಹಿಸಿದೆ. ತಾನು, ಸಂಗಾತಿ ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಅರಿಯುವುದೆಂದರೆ, ಅದರಲ್ಲಿ ಲೈಂಗಿಕತೆಯೂ ಒಂದು ಅವಿಭಾಜ್ಯ ಅಂಗ. ಹಲವು ರೀತಿಯ ಪರಸ್ತ್ರೀ ಸಂಗ, ಲೈಂಗಿಕ





ಡಾ. ಟಿ. ಎಸ್. ಸತ್ಯನಾರಾಯಣರಾವ್
ಬಿ.ಎಸ್.ಸಿ., ಎಂ.ಬಿ.ಬಿ.ಎಸ್., ಎಂ.ಡಿ., ಡಿ.ಪಿ.ಎಂ., ಎಫ್.ಐ.ಪಿ.ಎಸ್., ಎಫ್.ಸಿ.ಎಸ್.ಇ.ಪಿ.ಐ.

★ ಪ್ರೊಫೆಸರ್ ಮತ್ತು ಮುಖ್ಯಸರು, ಮಾನಸಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ವಿಭಾಗ
ಜೆ.ಎಸ್.ಎಸ್. ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜ್ ಮತ್ತು ಆಸ್ಪತ್ರೆ, ಮೈಸೂರು.

★ ಸುಮನ, ವಿನಾಯಕ ನರ್ಸಿಂಗ್ ಹೋಂ,
ಬಂಡಿಗೌಡ ಲೇಔಟ್, ಮಂಡ್ಯ.
ದೂರವಾಣಿ ಸಂಖ್ಯೆ : (೦೮೨೩೨) ೭೪೮೮೦, ೭೩೫೧೨.

ಕಾಯಿಲೆಗಳನ್ನು ಅದರಿಂದ ದೂರವಿಡಬಹುದು. ಅದರಲ್ಲೂ ಏಡ್ಸ್‌ನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ನಂಬಿಕೆಯಿಂದ ಸಂಗಾತಿಯೊಂದಿಗೆ ಬಾಳುವುದಕ್ಕೂ, ಹಲವು ಸಂಗತಿಗಳ ಕಾರಣದಿಂದ ರೋಗವನ್ನು ಆಹ್ವಾನಿಸುವುದಕ್ಕೂ ಅಜಗಜಾಂತರ ವ್ಯತ್ಯಾಸವುಂಟು. ಆ ನಿಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಮದುವೆ ಬಹು ಉಪಕಾರಿ.

೩. ಸಂಸಾರದ ಬೆಳವಣಿಗೆ

ಮಕ್ಕಳು, ಅವರ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಅವರ ಮುಂದಿನ ಜೀವನವನ್ನು ಕಣ್ಣಿಂದ ನೋಡುವುದು ಸಂತೋಷದ ವಿಚಾರವೇ ಸರಿ. ಆಗಲೇ ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ ಮನುಷ್ಯ ಸಾಮಾಜಿಕ ಜೀವಿ ಎಂದಾಗ, ಈ ರೀತಿ ಬಾಳುವ ನಮಗೆ ಅದರಲ್ಲಿಯೇ ಸಂತೋಷ ಉಂಟು. ಹಲವು ತಂದೆತಾಯಂದಿರು ಮಕ್ಕಳ ಬಾಳಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಜೀವನದ ಗುರಿಯನ್ನು ಕಾಣಬಯಸುತ್ತಾರೆ. ಅದು ಕೆಲವು ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾದರೂ ಆ ಉತ್ಕಟ ಆಸೆ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ಇರುತ್ತದೆ ಎನ್ನುವುದು ಮುಖ್ಯ. ಮಕ್ಕಳಿಗಾಗಿ ಮಾಡುವ ತ್ಯಾಗ ಎಣೆಯಿಲ್ಲದ್ದು.

೪. ಜೀವನ ಶೈಲಿ

ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸ, ಕೆಲಸ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಕಾರ್ಯ, ಸೇವಾಭಾವನೆ ಹಲವು ವಿಚಾರಗಳು ಒಬ್ಬರನ್ನೊಬ್ಬರು ಆಕರ್ಷಿಸಲು ಸಾಧನಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ತಾವು ಆರಿಸಿದ ಜೀವನ ಶೈಲಿಗೆ ಒತ್ತು ಸಿಗುವುದು ಸ್ನೇಹಿತರಿಂದ, ಸಂಗಾತಿಗಳಿಂದ. ಅವರನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಬಯಸುವುದು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಯಾಗುತ್ತದೆ.

ಮದುವೆಗೆ ಅನಾರೋಗ್ಯಕರ ಕಾರಣಗಳು

೧. ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯದ ಭಯ

ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಕಾಣುವ ಅತಿದೊಡ್ಡ ಕಾರಣವಿದೆನ್ನಬಹುದು. ಈ ವಯಸ್ಸು ಹಲವು ವಿಚಾರಗಳ ಆಗರ. ಅದರಲ್ಲೂ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವ, ತಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಪ್ರದರ್ಶಿಸುವ, ತನ್ನ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಗತಿಯನ್ನು ತೋರ್ಪಡಿಸುವ ಆಖಂಡವಾಗಿ ಸಮಾಜವನ್ನು ಕಾಣುತ್ತಾರೆ. ಆದರೆ ಬಯಸುವ ಸ್ವಾತಂತ್ರ್ಯಕ್ಕೂ, ತಮ್ಮ ಶಕ್ತಿಗೂ ಇರುವ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಅವರನ್ನು ಆತಂಕಕ್ಕೆ ಎಡೆಮಾಡುತ್ತದೆ. ಅದನ್ನೆದುರಿಸಲು ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರೇಮವನ್ನರಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಪಾಲ್‌ಹಾಕ್‌ರವರು. ಹಲವು ಹದಿಹರೆಯದ ಇಂತಹ ಪ್ರೇಮಪ್ರಕರಣಗಳು, ಗಟ್ಟಿನೆಲದ ಮೇಲೆ ನಿಲ್ಲಲಾರವು ಎನ್ನುವುದು ಹಲವು ಸಮೀಕ್ಷೆಗಳಿಂದ ತಿಳಿದಿದೆ. ಜವಾಬ್ದಾರಿಯ ಅರಿವಾದಾಗ ಪಶ್ಚಾತ್ತಾಪಪಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ.

೨. ಮದುವೆ ಜನರನ್ನು ಸರಿಮಾಡಲು!

' ರಿಪೇರಿ ' ಮಾಡಲು ಮದುವೆಯಾದ ಗಂಡುಹೆಣ್ಣಿನ ಕಥೆಗಳನ್ನು ನಾವೆಲ್ಲ ಕೇಳಿದ್ದೇವೆ. ಶೇಕ್ಸ್‌ಪಿಯರ್‌ನ 'ಟೇಮಿಂಗ್ ಆಫ್ ಶ್ರ್ಯೂ' ಕಥೆ ನಿಜಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಡೆಯಬಹುದಾದರೂ, ಅದು ಅತಿ ವಿರಳ. ಕುಡಿತ, ಜೂಜಾಟ ಬಿಡಿಸಲೋಸುಗ ಹಲವು ಸ್ತ್ರೀಯರು ಗಂಡನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗಿರಬಹುದು. ಉದ್ಧಾರ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂದು ಗತಿಯಿಲ್ಲದ, ಬಡ ಹುಡುಗಿಯನ್ನು ಮದುವೆಯಾಗುತ್ತಿದ್ದೇನೆನ್ನುವ ಗಂಡಸರಿದ್ದಾರೆ. ಆದರೆ ಇಂತಹ ಮದುವೆಗಳು ತುಂಬಾ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲಲಾರವು. ಉದ್ಧಾರ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆಂದಾಗ, ಕೀಳರಿಮೆ ಸಂಗಾತಿಯಲ್ಲಿ ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುವುದು ಖಂಡಿತ. ಅಂತಹ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಪರಿಸ್ಥಿತಿ ಬಿಗಡಾಯಿಸುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ.

೩. ಮದುವೆ ಸಮಾಜಕ್ಕೆ, ತಂದೆತಾಯಿಗಳಿಗೆ ಬುದ್ಧಿ ಕಲಿಸಲು !

ಹಲವು ಬಾರಿ, ಆತುರದಲ್ಲಿ ಜಿಗಿಯುವ ಈ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ತಪ್ಪು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲಂತೂ ಇದು ಬಹಳ ಸಾಮಾನ್ಯ. ವಯಸ್ಸಿನ ಅಂತರ ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ, ತಂದೆತಾಯಂದಿರಲ್ಲಿ ಇರುವುದು ನಿಜ. ಹಲವು ವಿಚಾರಗಳಲ್ಲಿ ತಂದೆತಾಯಂದಿರು, ಹಿರಿಯರು ಹದಿಹರೆಯದವರ ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರಿಯಲಾರರು ಎಂಬುದೂ ನಿಜ. ಆದರೂ ಮದುವೆಯ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ, ಅದರಲ್ಲೂ ಭೌತಿಕವಾಗಿ ಇನ್ನೂ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನರಿಯದ ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲಿ, ಕೋಪದಿಂದಾಗಲಿ, ಬುದ್ಧಿಕಲಿಸಲಾಗಲಿ ಆಗುವ ಮದುವೆ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಅನಾಹುತಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಯಾವುದೇ ಮದುವೆ ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರೇಮದ ಗಟ್ಟಿನೆಲದ ಮೇಲೆ ನಿಲ್ಲಬೇಕಾದುದು ಅವಶ್ಯಕ. ಕೋಪದಿಂದ ಬೆಸೆದ ಮದುವೆ ಕೋಪದಿಂದಲೇ ಮುರಿದು ಬೀಳಬಹುದು.

೪. ಏಕಾಂಗಿತನದ ಭಯ

ಸಾಮಾಜಿಕವಾಗಿ ' ಮದುವೆಯಾಗಲ್ಲ ' ಎನ್ನುವುದು ಒಂದು ರೀತಿಯ ಪಿಡುಗು. ವಯಸ್ಸಾಗುತ್ತಾ, ಈ ವಿಚಾರದಲ್ಲಿ ಕೀಳರಿಮೆ ಮೂಡುವುದು ಸಾಮಾನ್ಯ. ಅದರಲ್ಲೂ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಹುಡುಗಿಯರಲ್ಲಿ, ಹೆಂಗಸರಲ್ಲಿ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮದುವೆಯಾಗದಿದ್ದರೆ ಏನೋ ' ತಪ್ಪಿದೆ ' ಎಂದೇ ಪ್ರತೀತಿಯಾಗಿ ಬಿಡುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಅಂತಹವರು 'ಯಾರು ಒಪ್ಪಿದರೂ ಮದುವೆಯಾಗಬಲ್ಲೆ ' ಎಂಬ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ತಲುಪುತ್ತಾರೆ. ಅಂತಹ ಮದುವೆಗಳು ಬಹಳ ಗಾಢವಾದ ಹೊಂದಾಣಿಕೆಯನ್ನು ನಿರೀಕ್ಷಿಸುತ್ತವೆ. ಅದು ಸಾಧ್ಯವಾಗದಿದ್ದರೆ ತೊಂದರೆ ಬಹಳ ಸಾಮಾನ್ಯ.

೫. ಪ್ರೀತಿ ಎಂದರೆ ಮದುವೆ

ಹಲವು ಜನ ಪ್ರೀತಿಗೂ, ಮದುವೆಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಕಾಣದಿರಬಹುದು. ನಾವು ಹಲವು ಜನರನ್ನು ಪ್ರೀತಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರೀತಿ ಹಲವು ಬಗೆಯಿರಬಹುದು. ಪ್ರೀತಿ ಮೂಡಿತೆಂದಾಕ್ಷಣ ಮದುವೆಯಾಗಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಅರಿಯಬೇಕು. ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ನೋಡಿದಾಕ್ಷಣ, ಮೊದಲ ನೋಟದಲ್ಲಿಯೇ ಮೂಡಬಹುದಾದ ಪ್ರೀತಿ, ಮದುವೆಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಭದ್ರ ಬುನಾದಿ ಒದಗಿಸಬೇಕೆಂದೇನಿಲ್ಲ ಎಂಬುದನ್ನು ಹೋದ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲೇ ನೋಡಿದ್ದೇವೆ. ಅಂತಹ ನೋಟಕ್ಕೆ, ಪ್ರೀತಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು ಹಲವಾರು. ಅದನ್ನು ಹತೋಟಿಯಲ್ಲಿಡಬಲ್ಲೆವಾದರೆ, ಭಾವನೆಗಳನ್ನು ಅರಿಯಬಲ್ಲೆವಾದರೆ, ಮದುವೆ ಅರ್ಥಪೂರ್ಣವಾದೀತು.

೬. 'ತೊಂದರೆಗಳಿಂದ ದೂರವಾಗಲು ಮದುವೆ'

ಯಾವುದೇ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಂದರೆಗಳಿದ್ದಾಗ, ಅದರಲ್ಲೂ ಹದಿಹರೆಯದಲ್ಲಿ ಮದುವೆ ಯುವಜನರಿಗೆ ಸುಲಭವಾದ ಉತ್ತರವಾಗಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಕುಡಿಯುವ ತಂದೆ, ತಂದೆತಾಯಂದಿರ ಜಗಳ, ಮಲತಾಯಿ, ಮಲತಂದೆಯರ ಧೋರಣೆಗಳು ಉತ್ತಮ ಉದಾಹರಣೆಗಳು. ಆ

(೪೫ನೇ ಪುಟ ನೋಡಿ)

ಗರ್ಭಕೋಶ ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೆಡೆ ಬೆಳೆದ ಮಗು



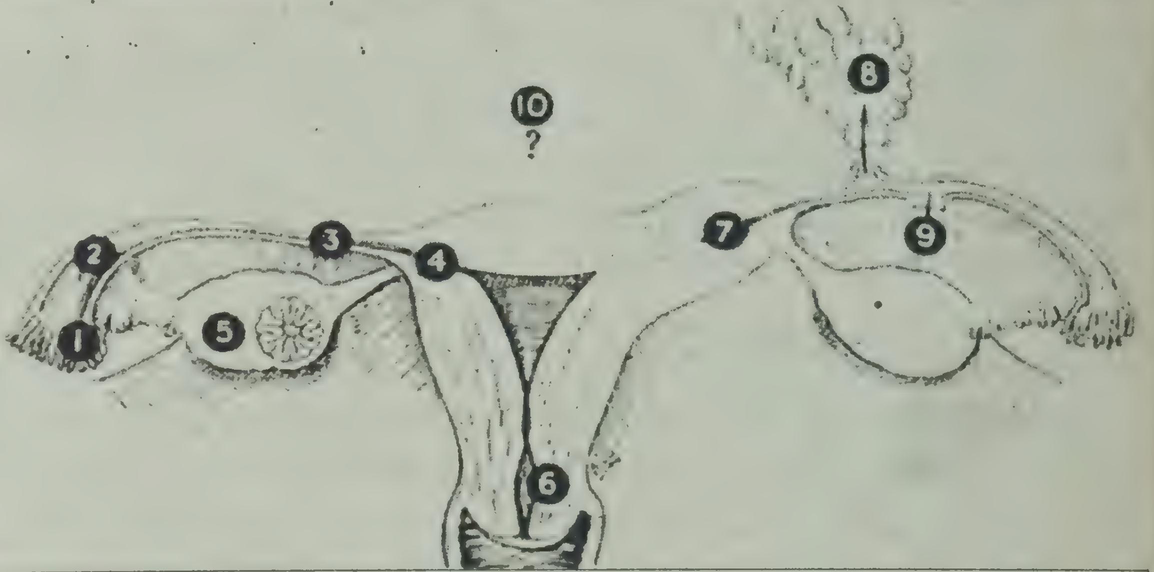
● ಡಾ॥ ಸಿ. ಅನ್ನಪೂರ್ಣಮ್ಮ
ಎಂಬಿಬಿಎಸ್., ಡಿ. ಜಿ. ಓ., ಎಂ. ಡಿ.
೨೨೦, ಮೀನಾಕ್ಷಿ ಕ್ಲಿನಿಕ್
೨ನೇ ಮುಖ್ಯರಸ್ತೆ
ಮಹಾಲಕ್ಷ್ಮಿ ಲೇ-ಔಟ್
ಬೆಂಗಳೂರು- ೫೬೦ ೦೮೬

ಭ್ರೂಣ ಬೆಳೆಯುವ ಸ್ಥಳ ಗರ್ಭ ಕೋಶ. ಆದರೆ, ಗರ್ಭನಾಳದ ಕಿಡಿಗೇಡಿತನ ದಿಂದಲಾಗಲಿ, ಗರ್ಭಾಂಡದ ಅಧಿಕಪ್ರಸಂಗತನದಿಂದಲಾಗಲಿ, ಗರ್ಭ ನಾಳದಲ್ಲಿಯೇ ಗರ್ಭಕಟ್ಟಿದ ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಕಾಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ತನ್ನಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ತಾಯಿಗೂ, ಮಗುವಿಗೂ ಗಂಡಾಂತರ ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ.

ಭ್ರೂಣ ಬೇರೂರಿ ಬೆಳೆಯುವ ಸ್ಥಳ ಗರ್ಭ ಕೋಶ. ಆದರೆ, ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಾಗುವ ಅವಯುವ ಗರ್ಭನಾಳ. ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಾಗಲು ಗರ್ಭನಾಳ ಬೇಕೇ ಬೇಕು. ಗರ್ಭನಾಳ ಧಕ್ಕೆಗೊಳಗಾದ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ, ಪ್ರನಾಳ ಶಿಶು ತಂತ್ರದಿಂದ ಮಾತ್ರ ಗರ್ಭಕಟ್ಟಿಸಲು ಸಾಧ್ಯ. ಹೀಗಾಗಿ ಗರ್ಭನಾಳ ಸಂತಾನೋತ್ಪತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ಅತಿ ಮುಖ್ಯ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಅದು ತನ್ನ ಸೀಮಿತ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಅದೆಂದರೆ, ಅಂಡಾಣು ಮತ್ತು ವೀರ್ಯಾಣುವಿನ ಮಿಲನಕ್ಕೆ ಎಡೆಮಾಡಿಕೊಡುವುದರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ತೊಡಗಿಕೊಂಡರೆ ಯಾವುದೇ ಸಮಸ್ಯೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚೆಂದರೆ, ಗರ್ಭಕಟ್ಟಿದ ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ೨-೩ ದಿನದವರೆಗೆ ಮಾತ್ರ ತನ್ನಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬಹುದು. ನಾಲ್ಕು ದಿನದೊಳಗಾಗಿ ಗರ್ಭಕೋಶಕ್ಕೆ ಈ ಗರ್ಭಾಂಡವನ್ನು ಕಳಿಸಿಕೊಡಲೇಬೇಕು. ಗರ್ಭಕೋಶದಲ್ಲಿ ಭ್ರೂಣ ಬೇರೂರಿ ಒಂಭತ್ತು ತಿಂಗಳ ಕಾಲ ನೆಲೆಸಿ, ತನ್ನ ಗಾತ್ರ ಹೆಚ್ಚಿಸಿಕೊಂಡು, ಹೆರಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಹೊರಬರಬೇಕು. ಇದು ಶಾರೀರಿಕ ನಿಯಮ. ಹೀಗಲ್ಲದೆ, ಗರ್ಭನಾಳ ಈ ನಿಯಮ ಮುರಿದು ಗರ್ಭಾಂಡವನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿಯೇ ಇರಿಸಿಕೊಂಡಲ್ಲಿ ಅಥವಾ ಗರ್ಭಾಂಡವೇ ಅಧಿಕಪ್ರಸಂಗತನ ತೋರಿ ಗರ್ಭನಾಳದಲ್ಲಿಯೇ ಕಾಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮೊದಲೇ ಬೇರೂರತೊಡಗಿದಲ್ಲಿ, ತಾಯಿಗೂ, ಮಗುವಿಗೂ ಗಂಡಾಂತರ ತಪ್ಪಿದ್ದಲ್ಲ.

ಇಂತಹ ಒಂದು ಗಂಡಾಂತರದ ಪರಾಕಾಷ್ಠತೆಯ ಪ್ರಸಂಗವೆಂದರೆ Abdomenal Pregnancy. ಪ್ರಮಾಣಾನುಪಾತದ ಪ್ರಕಾರ೧೫,೦೦೦ ಪ್ರಸವಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದು ಇಂತಹ ಪ್ರಸಂಗ ವಿರುತ್ತದೆ. ಈಗ ಓದಿರಿ, ನನ್ನ ಅನುಭವಗಾಥೆ ಯನ್ನು ! ಆಶ್ಚರ್ಯ, ವಿಸ್ಮಯ, ಆತಂಕ, ಚಿಂತೆ, ಧನ್ಯತೆ ಹಾಗೂ ವಿನಮ್ರತೆಯ ಸಮ್ಮಿಶ್ರ ಭಾವನೆ ಗಳ ತೀವ್ರತೆಯ ಅನುಭವವದು!

ಗರ್ಭಕೋಶ ಬಿಟ್ಟು ಇತರೆಡೆ ಬೇರೂರುವ ಜಾಗಗಳು



(ಚಿತ್ರ: ೧) ೧. ಗರ್ಭನಾಳದ ಕೊನೆಯ ಭಾಗ (Fimbrial end), ೨. ಆಂಪುಲ್ಲಾ ಎಂಬ ಭಾಗ., ೩. ಗರ್ಭನಾಳದ ಅತಿ ಕಿರಿದಾದ ಭಾಗ, ೪. Interstitial Portion, ೫. ಅಂಡಾಶಯ, ೬. ಗರ್ಭಗೊರಳು, ೮. Secandary Abdominal, ೯. ಅಗಲ ತಂತುಕಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, ೧೦. ಪ್ರೈಮರಿ ಅಬ್ಡಾಮಿನಲ್

ಅದೊಂದು ಭಾನುವಾರದ ಮಧ್ಯರಾತ್ರಿ.... ನನ್ನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸೇವೆಯಲ್ಲಿ ಅತಿ ಅಪರೂಪದ ಹಾಗೂ ಸಂಕಷ್ಟಮಯ ತುರ್ತು ಹೆರಿಗೆ ನಿರ್ವಹಿಸಬೇಕಾದ ಪ್ರಸಂಗವದು.... ಬೇರೊಂದೂ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ದಿನವೆಲ್ಲ ಸಿಂಟೋಸಿನ್ ಡ್ರಿಪ್ಪು ಹಾಕಿಸಿಕೊಂಡರೂ ಹೆರಿಗೆಯಾಗದ ಒಬ್ಬ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಅಲ್ಲಿನ ವೈದ್ಯರು ನಮ್ಮ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ, ವಿಸ್ತೃತವಾದ ಚೀಟಿಯೊಂದಿಗೆ ಕಳಿಸಿಕೊಟ್ಟಿದ್ದರು. ರೋಗಿಯ ವಿವರ ಹೀಗಿತ್ತು- ಹೆಸರು-ಸರೋಜ, ವಯಸ್ಸು ೨೮, ದಿನ ತುಂಬಿ ನಾಲ್ಕು ದಿನ ಕಳೆದು ಹೋಗಿದ್ದಿತು. ವಿವಾಹವಾಗಿ ೧೦ ವರ್ಷ ಕಳೆದರೂ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಾಗದ್ದರಿಂದ, ಹಿಂದಿನ ವರ್ಷ ಒಂದು ಡಿ ಅಂಡ್ ಸಿ ಆಗಿದ್ದಿತು. ಆಕೆ ಈಗ ಪ್ರಥಮ ಬಾರಿಗೆ ಗರ್ಭಿಣಿ. ಹೆರಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಗತಿ ಕಾಣದ್ದರಿಂದ ಅಸಹಜತೆ ಇರಬೇಕೆಂದು ಶಂಕಿಸಿ, ಕೇಸನ್ನು ಈ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಕಳಿಸಿದ್ದರು ಆ ವೈದ್ಯೆ.....

ಸರೋಜಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದಾಗ,

ಉದರದಲ್ಲಿ ಶಿಶು ಬೆಳೆಯುವಿಕೆ
(Abdomenal Pregnancy)



(ಚಿತ್ರ : ೨) ಗಮನಿಸಿ, ಗರ್ಭಕೋಶ ಖಾಲಿ ಇದೆ

ಉದರದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭ ಬೆಳೆಯುವ ಪ್ರಸಂಗ ಅಪರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಪರೂಪ. ಗರ್ಭನಾಳದಲ್ಲಿ ಭ್ರೂಣ ಬೇರೂರುವುದನ್ನು ಪ್ರಮಾಣ ಅನುಪಾತದ ಪ್ರಕಾರ ೧:೩೦೦ ಎಂದು ದಾಖಲಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಅಬ್ಡಾಮಿನಲ್ ಪ್ರೆಗ್ನೆನ್ಸಿ ಮತ್ತೂ ಅಪರೂಪ. ಒಬ್ಬ ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞರು ತಮ್ಮ ಸೇವಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಾರಿ ನೋಡಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು. ಅಬ್ಡಾಮಿನಲ್ ಪ್ರೆಗ್ನೆನ್ಸಿಯನ್ನು ಪ್ರೈಮರಿ ಅಬ್ಡಾಮಿನಲ್ ಪ್ರೆಗ್ನೆನ್ಸೀ ಮತ್ತು ಸೆಕೆಂಡರೀ ಅಬ್ಡಾಮಿನಲ್ ಪ್ರೆಗ್ನೆನ್ಸೀ ಎಂದು ಎರಡು ವಿಧಗಳಿವೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಮೊದಲನೆಯದು, ಅಂದರೆ ಪ್ರಾಥಮಿಕವಾಗಿಯೇ, ಉದರದಲ್ಲಿಯೇ ಅಂದರೆ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಹೊರಗಡೆ ಬೇರೂರುವುದು ಮತ್ತೂ ಅಪರೂಪ. ಇಂತಹ ಪ್ರಕರಣಗಳು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಮೊದಲು ಗರ್ಭನಾಳದಲ್ಲಿ ಬೇರೂರಿದ ನಂತರ ಗರ್ಭನಾಳ ೫ ಅಥವಾ ೬ನೇ ವಾರಗಳಲ್ಲಿ ಆ ಭ್ರೂಣ ತನ್ನ ಚೀಲದ ಸಮೇತ ಉದರಕ್ಕೆ ಹೊರ ತಳ್ಳಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಭ್ರೂಣ ಸಾಯುತ್ತದೆ. ಇದು ಸಜೀವವಾಗಿದ್ದು ಉದರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯತೊಡಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಸೆಕೆಂಡರೀ ಅಬ್ಡಾಮಿನಲ್ ಪ್ರೆಗ್ನೆನ್ಸಿ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಹೆಚ್ಚಿನ ಉದರದಲ್ಲಿನ ಗರ್ಭ ಈ ಪ್ರಸಂಗಗಳು ವಿಧಕ್ಕೆ ಸೇರುತ್ತದೆ.

ಇಂತಹ ಗರ್ಭದ ಪ್ರಸಂಗದಲ್ಲಿ ಶಿಶು ತನ್ನ ಚೀಲದಲ್ಲಿಯೇ ಇರಬಹುದು, ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಚೀಲವೂ ಇಲ್ಲದೆ ಉದರದಲ್ಲಿ ಇತರ ಅವಯವ ಗಳ ಜೊತೆ ಇರಬಹುದು. ಚೀಲವಿದ್ದಾಗ, ಅದರಲ್ಲಿ ಉಲ್ಬದ ನೀರು

ಆಕೆ ತೀವ್ರವಾಗಿ ಬಳಲಿದ್ದಳು. ಸಣ್ಣ ಜ್ವರ ವಿದ್ದಿತು. ನಾಡಿಯ ಬಡಿತ ನಿಮಿಷಕ್ಕೆ ೧೧೦ ಇದ್ದಿತು. ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ೧೧೦/೭೦ ಮಿಲಿ ಮೀಟರ್ ಇದ್ದಿತು. ಆಕೆಯ ಉದರದ ಆಕಾರ, ಮಗು ಮಲಗಿದ ಭಂಗಿ ಸ್ವಲ್ಪ ವಿಚಿತ್ರವೆನಿಸುತ್ತಿತ್ತು. ಉದರದ ಗಾತ್ರ ಸುಮಾರು ೩೪-೩೬ ವಾರಗಳ ಮಿತಿಯಲ್ಲಿದ್ದಿತು. ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆಯ ಕೆಳಭಾಗದಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಉಬ್ಬಿ, ೪ ಅಂಗುಲ X ೪ ಅಂಗುಲದ ಒಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಗಡ್ಡೆಯಂತಿತ್ತು. ಇದಕ್ಕೆ ಮೇಲಿನ ಭಾಗ ಸ್ವಲ್ಪ ಚಪ್ಪಟೆಯಾಗಿದ್ದು, ಸಹಜ ಗರ್ಭದಂತಿರದೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಿನ್ನವಾಗಿ ಇದ್ದಿತು. ಈ ಗಡ್ಡೆಗೂ ಮೇಲೆ ಎಡಭಾಗದಲ್ಲಿ ಮಗುವಿನ ಪೃಷ್ಠಭಾಗ ಇದ್ದಂತೆ ಭಾಸವಾಗುತ್ತಿದ್ದಿತು. ಯೋನಿ ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಗೊರಳು, ಪ್ರಸವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೊಂದಬೇಕಾದ, ಮಾರ್ದವತೆ, ತೇವಾಂಶ ಮತ್ತು ತೆಳುವಾಗುವಿಕೆ ಮುಂತಾದ ಯಾವುದೇ ಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ಹೊಂದದೆ, ಅತಿ ಮೇಲೆ ಇದ್ದಿತು. ಗರ್ಭದ್ವಾರ ತೆರದೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಇದಕ್ಕೂ ಹಿಂದೆ ಗರ್ಭಗೊರಳಿಗೂ ಕೆಳಗಿನ ಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ ಡಗ್ಲಾಸ್ ಪೌಚು ಉಬ್ಬಿಕೊಂಡಿತ್ತು.

ಉದರದ ಎಕ್ಸ್‌ರೇ ಚಿತ್ರ ಶಿಶು ಅಡ್ಡಡ್ಡಾದ ಭಂಗಿಯಲ್ಲಿ ಉಪಸ್ಥಿತವಿರುವುದನ್ನು ತೋರಿಸುತ್ತಿತ್ತು.

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಹಲವಾರು ಯೋಚನೆಗಳು ಮಿಂಚಿ, ಮಾಯವಾಗುತ್ತಿದ್ದವು. ಈ ಬಸುರಿನಲ್ಲಿ ಏನೇನು ವಿಕೃತಿಗಳಿವೆಯೋ? ಮತ್ತೆ ಯೂಟರಸ್ ಡೈಡೆಲಫಿಸ್ ಕಥೆಯೋ? ಫೈಬ್ರಾಯಿಡ್ ಗಡ್ಡೆಯೋ? ಏನಾದರೂ ಉದರವನ್ನು ತೆರೆದೇ ಮಗುವನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯಬೇಕಲ್ಲದೆ, ಅನ್ಯಥಾ ಮಾರ್ಗವಿಲ್ಲ.

ಮೂರು ಬಾಟಲು ರಕ್ತಕ್ಕೆ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮಾಡಿ, ಮಗುವನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯಲು, ಉದರವನ್ನು ಸೀಳಿದಾಗ, ಗರ್ಭಕೋಶ ಕೆಳಗಡೆ ಒಂದು ಗಡ್ಡೆ ಹೊಂದಿದ್ದು, ಡೊಂಕಾಗಿ ಎಡಗಡೆಗೆ ಹಾಗೂ ಮೇಲಕ್ಕೆ ಚಾಚಿಕೊಂಡು ಬೆಳೆದಿತ್ತು. ಅದರ ಬಣ್ಣ ತೀರ ಅಸಹಜವಾಗಿ ಕಂದುಬಣ್ಣಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿ ರಕ್ತ ಕಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತಿತ್ತು. ಗಡ್ಡೆಯ ಮೇಲ್ಭಾಗದಿಂದ ದಪ್ಪ ರಕ್ತನಾಳಗಳು ಮತ್ತು ಅದರ ಹಲವಾರು ಕವಲುಗಳು ಮೇಲು ಹಾಗೂ ಎಡಭಾಗಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದವು.

ಈ ಗಡ್ಡೆಯೆಂದು ತಿಳಿದ ಭಾಗ ಬಿಟ್ಟು ಅದಕ್ಕೂ ಮೇಲೆ ಅಡ್ಡಡ್ಡಾಗಿ ಚಾಕುವಿನಿಂದ ಸೀಳಿದೆ. ಗರ್ಭಕೋಶವೆಂದು ತಿಳಿದ ಆ ಭಾಗ ಚೂರು ಚೂರಾಗಿ ಕಿತ್ತು ಬರತೊಡಗಿತು. ಉಲ್ಬದ ನೀರು ಇದಲೇ ಇಲ್ಲ. ಮಗುವನ್ನು ಹೊರತೆಗೆಯುವಲ್ಲಿ ಸಮಸ್ಯೆಯೇನೂ ಉದ್ಭವಿಸಲಿಲ್ಲ, ಸುಮಾರು ೨ ಕಿಲೋಗ್ರಾಮ್ ತೂಕದ ಜೀವಂತ ಗಂಡು ಮಗು ಅದು. ಅದರ ಮುಖ ಮತ್ತು ನೆತ್ತಿಯ ಭಾಗ, ಬೆನ್ನುಮೂಳೆಗೆ ಆತುಕೊಂಡು ಇದ್ದಿದ್ದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಹಳ್ಳ ಬಿದ್ದಿತ್ತು. ಶಿಶುವನ್ನು ಶಿಶುತಜ್ಞರಿಗೊಪ್ಪಿಸಿ, ತಾಯಿಮಾಸು ಮತ್ತು ಅದರ ಪೊರೆಯನ್ನು ತೆಗೆಯಲು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಸರಮಾಲೆಯಂತೆ ತಲೆದೋರತೊಡಗಿದವು. ತಾಯಿಮಾಸು ಎಂದಿನಂತೆ ಗರ್ಭಕೋಶದಿಂದ ಬೇರ್ಪಡಲಿಲ್ಲ ಹಾಗೆ ನೋಡಿದರೆ ಗರ್ಭಕೋಶಕ್ಕೆ ಬೆಸೆದುಕೊಂಡೇ ಇರಲಿಲ್ಲ. ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಯಾವುದೇ ಭಾಗ ಇರಲಿಲ್ಲ. ಶಿಶುವನ್ನು ಆವರಿಸಿದಂತೆ ಮೊದಲು ತೋರಿದ್ದು ಕೇವಲ ಉಲ್ಬದ ಪೊರೆ. ಅದರ ಮೇಲೆ ನಾರು ಅಂಗಾಂಶಗಳು ಮತ್ತು

ಸೋರಿಹೋಗಿರುತ್ತದೆ. ಚೀಲದ ಮೇಲೆ ನಾರಿನಂಶದ ಊತಕ, ಫೈಬ್ರಿನ್ ವಸ್ತು, ದುಗ್ಧರಸ, ರಕ್ತರಸ ಎಲ್ಲ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಉಲ್ಬದ ಪೊರೆಯನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ದಪ್ಪಗೆ ಮಾಡಿ ಮಗು ವಿನ ಸುತ್ತ ಆವರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ ಅದನ್ನು ಉದ ರದ ಇತರ ಅವಯವಗಳಿಂದ ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿಟ್ಟಿ ರುತ್ತದೆ. ಇದು ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಶಿಶುವಿಗೆ ರಕ್ಷಣೆ ನೀಡುತ್ತದೆ. ತಾಯಿಮಾಸು ಉದರದ ಗೋಡೆಯ ಪೆರಿಟೋನಿಯಂ, ಕರುಳಿನ ಸಿಂಬಿಗಳು ಒಮೆಂಟಮ್‌ಗಳ ಹೊರಭಾಗಕ್ಕೆ ಬೆಸೆದುಕೊಂಡು ಅಲ್ಲಿಂದ ತನ್ನ ರಕ್ತಸಂಚಾರ ಪೂರೈಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ.

ಬಸುರಿನ ಫಲಿತಾಂಶ:

ಹಿಂಸಾಕಾಂಡ : ಹೆಚ್ಚು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ತಾಯಿಗೆ ಹಲವಾರು ತೊಂದರೆಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡು ಬಸುರಿನ ಪರ್ವಹಿಂಸಾಕಾಂಡವಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗಾಗ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು, ಕರುಳುಗಳು ಬಲೂನಿನಂತೆ ಹಿಗ್ಗಿ ಉದರ ಉಬ್ಬರಿಸುವುದು. ಮೂತ್ರ ಕಟ್ಟಿಕೊಳ್ಳುವಿಕೆ, ಮಲಬದ್ಧತೆ ವಾಂತಿ, ಜ್ವರ, ಸೋಂಕು ಇದ್ದು ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಈ ಪ್ರಸಂಗವನ್ನು ವೈದ್ಯರು ಗುರುತಿಸಿ ಆಪರೇಶನ್ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಗರ್ಭಿಣಿ ಯಾವುದೇ ಹಂತದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಶಿಶು ಬದುಕಿರಲಿ, ಸತ್ತಿರಲಿ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಏಕೆಂದರೆ ಇದು ಬಹಳ ಅಪಾಯಕಾರಿಸ್ಥಿತಿ, ಮಗು ಬಲಿಯಲೆಂದು ಯಾರೂ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮುಂದೆ ಹಾಕುವುದಿಲ್ಲ. ಹೆಚ್ಚು ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಮಗು ಉದರದಲ್ಲಿಯೇ ಮರಣಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ. ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಅಂಗವೈಕಲ್ಯವೂ ಇರುತ್ತದೆ. ದಿನ ತುಂಬುವವರೆಗೆ ಗರ್ಭಮುಂದುವರೆಯುವುದು, ತಾಯಿಗೆ ಸಹ್ಯವಾದ ಉಪಟಳಗಳೇ ಇದ್ದು ಪ್ರಸವಕ್ಕೆ ಗರ್ಭಿಣಿ ಬರುವುದುಬಹಳ ಅಪರೂಪ.

ಪ್ರಸವಪೂರ್ವ ತಪಾಸಣೆಗೆ ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞರಲ್ಲಿಗೆ ಕ್ರಮ ಬದ್ಧವಾಗಿ ಗರ್ಭಿಣಿ ಹೋಗುತ್ತಿದ್ದಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚುವುದು ಕಷ್ಟವೇನಲ್ಲ. ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಅಲ್ಟ್ರಾಸೌಂಡ್ ಸ್ಕ್ಯಾನಿಂಗ್ ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದಿರುವುದರಿಂದ ಮಗು ಗರ್ಭಕೋಶದ ಒಳಗಡೆ ಇದೆಯೇ ? ಅಥವಾ ಹೊರಗಡೆ ಇದೆಯೇ? ಎಂಬುದನ್ನು ಅತೀ ಮುಂಚಿನ ಹಂತ ದಲ್ಲಿಯೇ ಕಂಡುಹಿಡಿದು ಆಪರೇಶನ್ ಮಾಡಿ ಮಹಿಳೆಯನ್ನು ಆಪತ್ತಿನಿಂದ ಪಾರುಮಾಡಬಹುದು.

ಶಿಶು ಬೆಳೆದಂತೆಲ್ಲ ಅಸಂಗತ ಭಂಗಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಅದರ ಯಾವುದೇ ಭಾಗ ತಾಯಿಯ ಬೆನ್ನೆಲಬುಗಳಿಗಿಂತ ಹಿಂದೆ ಕೂಡ ಆಕ್ರಮಿಸಿರ ಬಹುದು. ತಲೆ ಶ್ರೋಣಿಯೊಳಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಉದರವನ್ನು ವೈದ್ಯರು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ಕೈ ಬೆರಳು ಇಟ್ಟಾಗ ಶಿಶುವಿನ ಭಾಗ ಉದರದ ಗೋಡೆಗೆ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ, ಸ್ಪರ್ಶಕ್ಕೆ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಗರ್ಭಕೋಶ ಶಿಶುವಿಗಿಂತ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಬೇರೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಸ್ವಲ್ಪ ದಪ್ಪಗೆ ಬೆಳೆದಿದ್ದು ಆಗಾಗ ಸಂಕುಚಿಸಿ ಹಿಸುಕಿದಂತಹ ನೋವು ಕೊಡುತ್ತದೆ. ಪ್ರಸವನೋವು ಬರಲೆಂದು ಸಿಂಟೋಸಿನ್ ಡ್ರಿಪ್ಪು ಹಾಕಿದರೆ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿ ಯಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನೋವು ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ರೋಗಪತ್ತೆ

ಹಿಸ್ಟಿರೋಸಾಲ್ಪಿಂಗೋ ಗ್ರಾಮ್ ಮಾಡಿದಾಗ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಒಳಗಾತ್ರ ತಿಳಿದು, ಅದು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿರುವುದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ. ಉದರದ ಎಕ್ಸ್‌ರೇ ತೆಗೆದು ಶಿಶು ಅತಿ ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿ ಬೆನ್ನೆಲಬುಗಳ ಸಮತಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಹಿಂದಿನ ಭಾಗ ಆಕ್ರಮಿಸಿರುವುದು ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಬಸುರಿನ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಆಗಿರುವ ವಿದ್ಯಮಾನಗಳು ಹಾಗೂ ಘಟನೆಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ರೋಗಿಯಿಂದ ಪ್ರಶ್ನೆ ಹಾಕಿ ತಿಳಿದು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಅವುಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಪರೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ತಿಳಿದ ಅಂಶ ಗಳನ್ನು ಕಲೆಹಾಕಿ ಒಟ್ಟಾಗಿ ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದರೆ, ಮಾತ್ರ ರೋಗಪತ್ತೆ ಸಾಧ್ಯ ಇದರಿಂದ ಗರ್ಭಿಣಿಗೆ ತಕ್ಕಕಾಲ ದಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ, ಕೊಟ್ಟರೆ ಮಾತ್ರ ರೋಗಿಯನ್ನು ಪ್ರಾಣಾಪಾಯದಿಂದ ಪಾರುಮಾಡಬಹುದು. ■

ದುಗ್ಧದ್ರವ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಶಿಶುವಿನ ಹೊರ ಭಾಗವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸ್ವಲ್ಪ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಮುಚ್ಚಿದ್ದಿತು.

ತಾಯಿ ಮಾಸು ಒಮೆಂಟಮ್ ಮತ್ತು ಕರುಳುಗಳ ಸಿಂಬಿಗೆ ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದಿತು. ಅದನ್ನು ಎಚ್ಚರಿಕೆಯಿಂದ ಬಿಡಿಸಿ ತೆಗೆಯ ಹೊರಟಾಗ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲಾಗದ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗಿ ಉದರದಲ್ಲಿ ಮಡುಗಟ್ಟತೊಡಗಿತು. ''ನಾನು ದೊಡ್ಡ ಆಪತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಸಿಕ್ಕಿಹಾಕಿಕೊಂಡೆ, ಈ ದಿನ ನನಗೆ ಮೋಕ್ಷವಿಲ್ಲ'' ಎಂದುಕೊಂಡು ಇಲಾಖೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರಾದ ಹಿರಿಯ ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞರಿಗೆ ಕರೆ ಕಳಿಸಿ, ಆ ಭಾಗವನ್ನು ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಸ್ವಾಬಿನಿಂದ ಮುಚ್ಚಿ ಹಿಡಿದೆ. (ವೈದ್ಯವೃತ್ತಿಯಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರ ಕಷ್ಟ ಮತ್ತು ರೋಗಿಗಳ ಕಷ್ಟ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಲ್ಲ. ರೋಗಿಗೆ ಆಪತ್ತೆಂದರೆ ವೈದ್ಯರಿಗೂ ಆಪತ್ತು. ಯಾವಾಗ ರೋಗಿ ಆಪತ್ತಿನಿಂದ ಪಾರಾಗುತ್ತಾಳೋ ಆಗಲೇ ವೈದ್ಯನೂ ಆಪತ್ತಿನಿಂದ ಪಾರಾದೆ ಎಂದು ನಿರಾಳದ ನಿಟ್ಟುಸಿರು ಎಳೆಯಬಹುದು). ಅರಿವಳಿಕಾ ತಜ್ಞರು ಮತ್ತೊಂದು ಶೀಸೆ ರಕ್ತವನ್ನು ವೇಗವಾಗಿ ಕೊಡುತ್ತಾ ರಕ್ತದೊತ್ತಡ ಕಾಪಾಡುತ್ತಿದ್ದರು.

ಇದು ಏಕೆ ಎಲ್ಲ ವಿಚಿತ್ರವಾಗಿದೆ ? ತಾಯಿ ಮಾಸಿನ ಸ್ಥಿತಿ ಏಕೆ ಹೀಗೆ? ಎಂದು ನಾನು ಅಂದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವಾಗ 'Abdomenal Pregnancy' ಅಂದ್ರರೆ 'ಉದರದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಬೆಳೆವ ಪ್ರಸಂಗ' ಸ್ಫುರಿಸಿತು. ಈಗ ಒಂದೊಂದಾಗಿ ಅದರ ಗುಣ ಲಕ್ಷಣಗಳೆಲ್ಲ ಅನಾವರಣಗೊಳ್ಳತೊಡಗಿದವು. ಸಿಂಟೋಸಿನ್ ಡ್ರಿಪ್ಪು ಕೊಟ್ಟರೂ ಹೆರಿಗೆ ನೋವು ಬರದಿದ್ದಕ್ಕೆ ಕಾರಣ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಯಿತು. ಮಗುವಿನ ಅಸಂಗತ ಭಂಗಿ, ತಾಯಿಮಾಸು ಗರ್ಭಕೋಶ ದಲ್ಲಿಲ್ಲದಿರುವಿಕೆ, ಶಿಶುವಿನ ಸುತ್ತ ಗರ್ಭಕೋಶದ ಆರವಣವಿಲ್ಲದೆ, ಮಗು ಅನಿಕೇತನವಾಗಿ, ಉದರದ ಬಟ್ಟಬಯಲಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಅವಯವಗಳ ಜೊತೆ ಇದ್ದದ್ದು, ಈ ಎಲ್ಲ ಅವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳಿಗೂ ಉತ್ತರ ದೊರಕಿತು. ಇಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಇಲಾಖೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರು ಬಂದರು. ಕಿಬ್ಬೊಟ್ಟೆಯ ಕೆಳಭಾಗ ದಲ್ಲಿದ್ದ ಗಡ್ಡೆಯೇನು ? ಎಂದು ಪರೀಕ್ಷಿಸಲು ತಿಳಿಸಿದರು. ಅದನ್ನು ಸ್ವಲ್ಪ ಬಿಡಿಸಿ ನೋಡಿದಾಗ, ಅದು ಗರ್ಭಕೋಶ. ಅದು ಈ ಮಗುವನ್ನು ಭರಿಸುವ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿ ಪಾಲ್ಗೊಳ್ಳದೆ ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಉಳಿದಿದ್ದಿತು. ಹಾರ್ಮೋನಿನ ಪ್ರಭಾವಕ್ಕೆ ಒಳಪಟ್ಟು ಬೇಲದ ಕಾಯಿಯ ಗಾತ್ರಕ್ಕೆ ಬೆಳೆದಿದ್ದಿತು. ಅದರ ಮೇಲ್ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಶಿಶುವಿನ ಉಲ್ಬದ ಚೀಲವಾದ ಜರಾಯು ಅಂಟಿಕೊಂಡಿದ್ದಿತು. ಗರ್ಭಕೋಶದ ಬಲಭಾಗದಿಂದ ಗರ್ಭನಾಳವೂ ಅಗಲ ತಂತುಕಟ್ಟು ಮತ್ತು ದುಂಡು ತಂತುಕಟ್ಟುಗಳೂ ಎಲ್ಲ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾದವು. ಗರ್ಭಕೋಶದ ಎಡಗಡೆಯ ಗರ್ಭನಾಳ ಕಡುಕೆಂಪಾಗಿ ಡ್ಯಾಮೇಜಾಗಿ, ಮೇಲ್ಭಾಗ ಹರಿದು ಹೋಗಿದ್ದಿತು. ಅದರಲ್ಲಿ ಗರ್ಭಬೇರೂರಿದ್ದ ಎಲ್ಲ ಲಕ್ಷಣಗಳೂ ತೋರಿ ಬಂದು, ಇದು ಸೆಕೆಂಡರಿ ಅಬ್ಡಾಮಿನಲ್ ಪ್ರೆಗ್ನೆನ್ಸಿಯ ಒಂದು ಪ್ರಕರಣ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವ ಅನುಮಾನವೂ ಉಳಿಯಲಿಲ್ಲ. ನಾನು ಆಶ್ಚರ್ಯ ಚಕಿತಳಾದೆ ಏಕೆಂದರೆ ಇಂತಹ ಪ್ರಕರಣ ೧೫,೦೦೦ ಪ್ರಸವದಲ್ಲಿ ಒಂದು Abdomenal pregnancy ಪ್ರಕರಣ ಇರುತ್ತದೆ. ಒಬ್ಬ ಪ್ರಸೂತಿ ತಜ್ಞ ತನ್ನ ಸೇವಾವಧಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಬಾರಿಯೂ ನೋಡದೆ ಇರಬಹುದು ! ಆಪರೇಶನ್ ಥಿಯೇಟರಿನಲ್ಲಿ ಇಲಾಖೆಯ ಮುಖ್ಯಸ್ಥರ ಉಪಸ್ಥಿತಿ, ನನಗೆ ಸಾಕಷ್ಟು ನೈತಿಕ ಬೆಂಬಲ, ಮತ್ತು ಧೈರ್ಯ

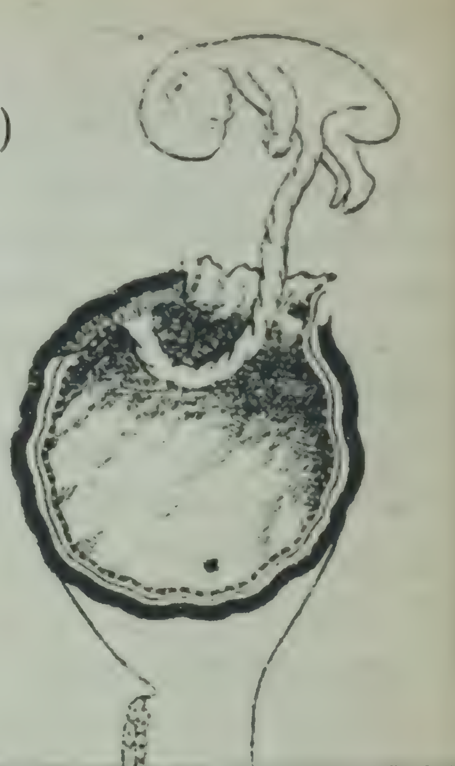
ನಳಿಕಾ ಗರ್ಭ (Tubal Pregnancy)

ನಳಿಕಾಗರ್ಭ 'ಟ್ಯೂಬಲ್ ಪ್ರೆಗ್ನನ್ಸಿ' ಎಂಬುದು ನೀವೆಲ್ಲ ಕೇಳಿರುವ ಸಂಗತಿ. ಗರ್ಭ ಬೇರೂರ ಬೇಕಾಗಿರುವುದು ಗರ್ಭಕೋಶದಲ್ಲಿ. ಏಕೆಂದರೆ ಅಲ್ಲಿ ಶಿಶು ಬೆಳೆಯಲು, ತಾಯಿಮಾಸು ಬೆಳೆದು ಶಿಶುವಿಗೆ ರಕ್ತ ಪೂರೈಸುವುದಕ್ಕೂ ಬಹಳ ಅನುಕೂಲ ಪರಿಸರವಿರುತ್ತದೆ: ಶಿಶು ಬೆಳೆದಂತೆ ಗರ್ಭಕೋಶ ಕೂಡ ಅಪಾರವಾಗಿ ಹಿಗ್ಗುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಪಡೆದಿರುತ್ತದೆ. ಇದರ ಮಾಂಸದೆಳೆಗಳು ಮೊದಲಿಗಿಂತ ಹತ್ತುಪಟ್ಟು ಉದ್ದ ೫ ಪಟ್ಟು ದಪ್ಪವಾಗಲು ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಹೊಂದಿವೆ. ಗರ್ಭಕೋಶ ದಿನತುಂಬಿದಾಗ ಒಳಗಾತ್ರ ಮೊದಲಿಗಿಂತ೫೦೦ ಪಟ್ಟು ದೊಡ್ಡಗಾಗುವ ಶಕ್ತಿ ಹೊಂದಿದೆ.

ಗರ್ಭನಾಳವಾದರೋ ಕೇವಲ ಒಂದು ಮಿಲಿ ಮೀಟರ್ ವ್ಯಾಸವಿರುವ ತೆಳ್ಳಗಿನ ಒಂದು ಕೊಳವೆಯಂತಿದೆ. ಇದರ ಸ್ನಾಯು ಅತ್ಯಂತ ತೆಳು ಹಾಗೂ

(ಚಿತ್ರ ೪) ನಳಿಕಾ ಗರ್ಭ ಒಡೆದಿದೆ. (Ruptured Ectopic)







(ಚಿತ್ರ೩) ಗರ್ಭಕೋಶದ ಮೂಲೆಯಲ್ಲಿ ಗರ್ಭ ಬೆಳೆದಾಗ (Cornual Pregnancy) ಗರ್ಭನಾಳವಿರುವ ಭಾಗವನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

ನಾಜೂಕು. ಇದಕ್ಕೆ ಹಿಗ್ಗುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದರೊಳಗೆ ಗರ್ಭಬೇರೂರಿದಾಗ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಾದ ೩ ವಾರಗಳಿಗೆಲ್ಲ ಗರ್ಭನಾಳ ಒಡೆದು ಹೋಗಿ (Ruptuned ectopic) ಎಂಬ ಕಳವಳಕಾರಿ ಸ್ಥಿತಿ ಏರ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಪ್ರಸಂಗಗಳಲ್ಲಿ ಉದರದೊಳಗೆ ತೀವ್ರರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗಿ ರೋಗಿ ಕುಸಿಯುತ್ತಾಳೆ. ರೋಗಿಯನ್ನು ಬದುಕಿಸಲು ಉದರದಲ್ಲಿ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆ ಮಾಡಿ, ಒಡೆದುಹೋಗಿರುವ ಗರ್ಭನಾಳ ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆದು ಹಾಕಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಒಡೆದಿರುವ ರಕ್ತನಾಳವನ್ನು ಕಟ್ಟಿ, ಉದರದ ಕುಳಿಯಲ್ಲಿರುವ ರಕ್ತದ ಗಟ್ಟಿ ಮತ್ತು ನಶಿಸಿದ ಭ್ರೂಣ, ಎಲ್ಲತೆಗೆದು ಹಾಕಿ, ಒಳಗಿರುವ ರಕ್ತವನ್ನೆಲ್ಲ ವಿದ್ಯುತ್ ಹೀರುಕದಿಂದ ಹೀರಿ ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಲಾಗುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಶಸ್ತ್ರಕ್ರಿಯೆಯಿಂದ ಮಾತ್ರವೇ ರೋಗಿ ಉಳಿದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾಳೆ. ಮೂರು ನಾಲ್ಕು ಶೀಸೆ ರಕ್ತ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಫ್ಯೂಸ್ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಸೈಲೆಂಟ್ ರಪ್ಚರ್ ಎಂಬ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಭ್ರೂಣ ಉದರದೊಳಕ್ಕೆ ತಳ್ಳಲ್ಪಟ್ಟು ಅಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಸೆಕೆಂಡರಿ ಅಬ್ಡಾಮಿನಲ್ ಪ್ರೆಗ್ನನ್ಸೀ ಎಂಬುದು.

ಗರ್ಭನಾಳದಲ್ಲಿಯೇ ಅಲ್ಲದೆ ಇತರ ಕೆಲವು ಅಸಹಜ ತಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಡ ಬಸಿರು ಬೇರೂರುವುದನ್ನು ಅಪರೂಪದ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಚಿತ್ರ ೧ರಲ್ಲಿ ಕಾಣಬಹುದು.

ತಂದುಕೊಟ್ಟಿತು. ಅವರು ತಿಳಿಸಿದಂತೆ, ಹೊಕ್ಕಳ ಬಳ್ಳಿಯನ್ನು ತಾಯಿಮಾಸಿಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆದುಹಾಕಿ, ಕರುಳಿಗೆ ಗಾಯವಾಗದಂತೆ ತಾಯಿ ಮಾಸಿನ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಭಾಗ ತೆಗೆದು, ಮಿಕ್ಕಿದ್ದನ್ನು ಅಲ್ಲಿಯೇ ಬಿಟ್ಟು , ರಕ್ತವನ್ನೆಲ್ಲ ವಿದ್ಯುತ್ ಹೀರುಕದಿಂದ ಹೀರಿ, ಹೆಪ್ಪುಗಟ್ಟಿದ ರಕ್ತದ ಗಟ್ಟಿ ಮತ್ತು ಜರಾಯುವಿನ ಚೂರುಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ತೆಗೆದು ಸ್ವಚ್ಛಗೊಳಿಸಿದಾಗ ರಕ್ತಸ್ರಾವ ನಿಯಂತ್ರಣಕ್ಕೆ ಬಂದಿತು. ಎಡಗಡೆಯ ಗರ್ಭನಾಳವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆದು ಹಾಕಿದೆ, ಮತ್ತು ಉದರದ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಅವಯವವೂ ಸ್ವಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿರುವುದನ್ನೂ , ಸಹಜವಾಗಿರುವುದನ್ನು ಖಚಿತಪಡಿಸಿಕೊಂಡು, ಈಗ ಕತ್ತರಿಸಿದ ಉದರದ ಗೋಡೆಯ ಅಂಚುಗಳನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಹೊಲಿಯಲಾರಂಭಿಸಿದೆ. ಇಷ್ಟರಲ್ಲಿ ನನ್ನ ಸಂದೇಹಗಳೆಲ್ಲ ಪರಿಹಾರವಾಗಿ, ಮಿಥ್ಯೆಯ ಮುಸುಕು ಸರಿದು ಸತ್ಯ ನಿಚ್ಚಳವಾಗಿ ಮೆರೆಯಿತು.

ಒಳಗಡೆ ಫೈಬ್ರಾಯಿಡ್ ಗಡ್ಡೆ ಅಥವಾ ಅಂಡಾಶಯದ ಜಟ್ಟು ಗರ್ಭಕೋಶದ ವಿಕೃತಿ ಯಾವುದೂ ಇರಲಿಲ್ಲ.

Abdomen is temple of Senprises ನಮ್ಮ ಶರೀರ ತನ್ನೊಳಗಿನ ನಿಗೂಢತೆಯನ್ನು ನಮಗೆ ಅಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟು ಕೊಡುವುದಿಲ್ಲ. ಇದರ ಮುಂದೆ ನಮ್ಮ ಪ್ರಯತ್ನವೆಲ್ಲ ವ್ಯರ್ಥ ಇದನ್ನು ಅರಿತಾಗ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಎಷ್ಟು ಅಲ್ಪ ಎಂದು ನೆನೆದು ವಿನಮ್ರರಾಗುತ್ತೇವೆ.

ಓದುಗರೇ ನೀವು ಸರೋಜಳ ಕುರಿತು ತಿಳಿಯಬಯಸುತ್ತೀರಲ್ಲವೆ. ಸರೋಜ ಅಂತೂ ಬದುಕಿ ಉಳಿದಳು ಮತ್ತು ಆಶ್ಚರ್ಯದ ಸಂಗತಿಯೆಂದರೆ ಆಕೆಯ ಮಗು - ಅದು ಕೂಡ ಉಳಿದುಕೊಂಡಿತು.

ಪ್ರಸವೋತ್ತರದಲ್ಲಿ ಸರೋಜ, ನಿರ್ಜಲತೆ, ಜ್ವರ ಅನೀಮಿಯಾಗಳಿಂದ ಬಾಧಿತಳಾದರೂ, ರಕ್ತದ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಫ್ಯೂಶನ್, ಜೀವಿರೋಧಕ, ಜಲಪೂರಕ ಮುಂತಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಿಂದ ಆಕೆ ಚೇತರಿಸಿಕೊಂಡು ೨೦ನೇ ದಿನ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಿಂದ ಬಿಡುಗಡೆಯಾದಳು ಶಿಶುವಿನ ಸಮೇತ

ನಗೆನಾಡಿ

★ ಒಬ್ಬ: "ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ಮೆದುಳಿಲ್ಲದೆ ಎಷ್ಟು ವರ್ಷ ಬದುಕಬಲ್ಲ ?"

ಇನ್ನೊಬ್ಬ: ಹೇಳೋದು ಕಷ್ಟ, ನಿಮಗೀಗ ಎಷ್ಟು ವರ್ಷ?"

★: "ಡಾಕ್ಟ್ರೇ ನನಗೆ ನಿದ್ದೇನೇ ಬರ್‍ತಾ ಇಲ್ಲ, ಏನ್ಮಾಡಲಿ ?".

"ಫೋನ್‌ನ ಕಿವಿಹತ್ರಾನೇ ಹಿಡಕೊಂಡಿರಿ. ಜೋಗುಳ ಹಾಡ್ತೀನಿ."

•ಸಂಪಟೂರು ವಿಶ್ವನಾಥ

(೪೫ನೇ ಪುಟ ನೋಡಿ)

ಷಂಡರ ಸಂಖ್ಯೆ

ಸಾಧ್ಯತೆಗಳಿದ್ದರೆ, ಆಕೆಯ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ೩೦೦- ೪೦೦ ಅಂಡಾಣು ಉತ್ಪತ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮಹಿಳೆ ನಲವತ್ತೈದು ವಸಂತಗಳನ್ನು ಕಂಡ ಮೇಲೆ ಮುಟ್ಟು ನಿಂತು ಹೋಗುವುದರಿಂದ ಉಳಿದ ಅಂಡಾಣುಗಳು ವಿಕಸಿತಗೊಳ್ಳದೆ ನಾಶವಾಗುವವು.

ಗಂಡಸರ ಸಂತಾನ ಕ್ರಿಯೆ ಇದಕ್ಕೆ ತದ್ವಿರುದ್ಧ. ಇವರಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣು ಉತ್ಪತ್ತಿ ಒಂದು ನಿರಂತರ ಕ್ರಿಯೆ. ಹುಡುಗ ಯೌವನಾವಸ್ಥೆಗೆ ಕಾಲಿಟ್ಟ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾರಂಭಗೊಳ್ಳುವ ವೀರ್ಯಾಣು ಉತ್ಪಾದನೆ ಕೊನೆಯ ಉಸಿರಿರುವವರೆಗೂ ಮುಂದುವರೆಯುವುದು ಈ ನಿರಂತರ ಕ್ರಿಯೆಗೆ ಅಡ್ಡಿ ಆತಂಕಗಳನ್ನು ಒಡ್ಡುವ ಕೆಲವು ರಸಾಯನಿಕಗಳು ಪತ್ತೆಯಾಗಿವೆ. ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಡಿ.ಡಿ.ಟಿ ಮತ್ತು ಕ್ಲೋರಿನ್ ಪ್ರಮುಖವಾಗಿದ್ದು, ಇವು ಇಡೀ ವೀರ್ಯತಳಿಯನ್ನೇ ನಾಶವಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿವೆ. ಈ ರಸಾಯನಗಳು ಗಂಡಸರ ದೇಹವನ್ನು ಸೇರಿದ ಮೇಲೆ ಹೆಂಗಸರ ಹಾರ್ಮೋನ್ ಆದ 'ಈಸ್ಟ್ರೋಜನ್' ಉತ್ಪಾದನೆಗೆ ಪ್ರಚೋದನೆ ನೀಡುತ್ತವೆ. ಈಸ್ಟ್ರೋಜನ್ ರಕ್ತ ಸಂಚಾರದ ಮೂಲಕ ಮೆದುಳಿಗೆ ಮುತ್ತಿಗೆ ಹಾಕುವುದು ಮೆದುಳಲ್ಲಿ ಉತ್ಪಾದನೆಯಾಗುವ ವೀರ್ಯೋತ್ಪಾದನೆ ಚೋದಕಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ, ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗದಂತೆ ಅಡ್ಡಿಯೊಡ್ಡುವವು. ಈ ಎಲ್ಲ ಕ್ರೋಢೀಕೃತ ಪರಿಣಾಮದಿಂದಾಗಿ ವ್ಯಕ್ತಿ ಷಂಡನಾಗುವನು.

ಡಿಡಿಟಿಯಂತಹ ವಿಷ ರಸಾಯನಿಕಗಳು ನಾಶವಾಗುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಸಸ್ಯಗಳಿಂದ ಸಸ್ಯಾಹಾರಿಗಳಿಗೂ, ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳಿಂದ ಮಾಂಸಾಹಾರಿಗಳಿಗೂ ಈ ಡಿಡಿಟಿ ನಿರಂತರವಾಗಿ ಆಹಾರ ಸರಪಳಿಯಲ್ಲಿ ಬದಲಾವಣೆಯಾಗದೇ ಸಾಗುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಡಿಡಿಟಿಯಿಂದ ಮುಕ್ತಿಯೇ ಇಲ್ಲ. ಶ್ರೀಮಂತ ರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಡಿ.ಡಿ.ಟಿಯ ಬಳಕೆಯನ್ನು ಬಹಿಷ್ಕರಿಸಿದ್ದರೂ, ಭಾರತದಂತಹ ಬಡರಾಷ್ಟ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಈ ರಸಾಯನಿಕಗಳ ಬಳಕೆ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಹೀಗಾಗಿ ನಮಗೆ ಅರಿವಿಲ್ಲದಂತೆ ಷಂಡರ ದಂಡು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಧೂಮಪಾನ, ಮದ್ಯಪಾನ ಹಾಗೂ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ವಾಯುಮಾಲಿನ್ಯವೂ ವೀರ್ಯನಾಶದಲ್ಲಿ ಡಿ.ಡಿ.ಟಿ.ಯಷ್ಟೇ ಪರಿಣಾಮಕಾರಿಯಾಗಿರುವಂತಹವು.

ಆಂಧ್ರಪ್ರದೇಶ ಮತ್ತು ಗುಜರಾತಿನ ಗ್ರಾಮೀಣ ಪ್ರದೇಶಗಳಿಂದ ವೀರ್ಯನಾಶದ ವರದಿಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಸುದ್ದಿಮಾಧ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಗೋಚರಿಸುತ್ತಲೇ ಇವೆ. ಆದರೆ ಯಾವುದೇ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಂಶೋಧನೆಗಳ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ಅದರ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಅಳೆಯುವುದು ಅಸಾಧ್ಯ. ಮುಂಬೈನ ಡಾ॥ ಅನಿರುದ್ಧ ಮಾಲಪಾನಿ ಮತ್ತು ಡಾ॥ ಅಂಜಲಿ ಮಾಲಪಾನಿ ''ನಮ್ಮ ಬಂಜೆತನದ ಕ್ಲಿನಿಕ್‌ಗೆ ಬರುವ ದಂಪತಿಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ದಿನದಿಂದ ದಿನಕ್ಕೆ ಏರುತ್ತಲೇ ಇದೆ'' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಕಲೋಬದಲ್ಲಿರುವ ಅವರ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ನಿಧಿ (Spern bank) ಯಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ದಾನಿಗಳನ್ನು ತಿರಸ್ಕರಿಸುವ ಪ್ರಮಾಣ ಶೇಕಡಾ ೮೦ ರಿಂದ ೯೦ರಷ್ಟೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. ಇದನ್ನು ಸರಳೀಕರಿಸಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ, ೧೦ರಲ್ಲಿ ಒಬ್ಬ ದಾನಿಯ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಉಪಯೋಗಿಸಬಹುದು. ಮುಂಬೈಯಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣು ಪರೀಕ್ಷೆ ನಡೆಸುವ ರೋಗತಜ್ಞ ಡಾ॥ ಅವಿನಾಶ್ ಫಾಡ್ಕೆಯವರ ಪ್ರಕಾರ, ಹೆಂಡತಿಯರು ಗರ್ಭಿಣಿಯರಾಗದಿದ್ದಾಗ ಮಾತ್ರ ವೀರ್ಯಾಣು ಪರೀಕ್ಷೆಗೆ ಪುರುಷರು ಬರುವುದರಿಂದ, ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸರಿಯಾದ ಸರಾಸರಿ ಸಂಖ್ಯೆ ನೀಡಲಾಗುತ್ತಿಲ್ಲ. ಬಹಳ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಾಮಾನ್ಯ ಸಂಖ್ಯೆ೧೦೦ ದಶಲಕ್ಷ ಅಥವಾ ಅದಕ್ಕೂ ಹೆಚ್ಚು ಇದ್ದದ್ದು, ಇಂದು ಅಂಥ ಸಂಖ್ಯೆಗಳು ಬಲು ಅಪರೂಪ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನೋಡಿದರೆ ಸಮಸ್ಯೆ ಎಷ್ಟೊಂದು ತೀವ್ರವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿದೆ ಎಂಬುದರ ಅರಿವು ಯಾರಿಗಾದರೂ ಆದೀತು !

ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ತಲೆದೋರುತ್ತಿರುವ ಬಂಜೆತನಕ್ಕೆ ಶೇಕಡಾ ೬೦ರಷ್ಟು ಗಂಡಸರೆ ಕಾರಣರಾಗಿರುತ್ತಾರೆ ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಪ್ರಜನನ ತಜ್ಞ ಡಾ॥ ಕಿಣಿ. ''ಐವತ್ತು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಮಕ್ಕಳಾಗದಿರಲು ಮಹಿಳೆಯರೇ ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಟ್ಟಿಗೆ ಕಾರಣರಾಗಿದ್ದರು. ಆದರೆ ಈಗ ಹೆಚ್ಚೂ, ಕಡಿಮೆ ವಂಶಾವಿಹೀನತೆಗೆ ಗಂಡಸರೇ ಕಾರಣ'' ಎನ್ನುವುದು ವಿಶ್ವದ ಪ್ರಜನನ ತಜ್ಞರ ಒಮ್ಮತದ ಅಭಿಪ್ರಾಯವಾಗಿದೆ. ಬಂಜೆಯರ ಬಾಳಲ್ಲಿ ಬೆಳಕನ್ನು ಚೆಲ್ಲಲು ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ಪ್ರಣಾಳ ಶಿಶುಗಳು ಸಾಕಷ್ಟು ಭರವಸೆ ನೀಡಿದ್ದವು. ಆದರೆ ವೀರ್ಯಮಾಲಿನ್ಯದಿಂದಾಗಿ ಇದು ಗಗನಕುಸುಮವಾಗುತ್ತಿದೆ.

ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಮನುಷ್ಯನ ಸಂತತಿಯ ಅಳಿವು, ಉಳಿವಿನ ಪ್ರಶ್ನೆ ಈಗ ಕೊಂಚ ಗಂಭೀರವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಗಂಡಸರಲ್ಲಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆ ಕಡಿಮೆಯಾಗುತ್ತಿರುವುದೂ, ವೃಷಣಗಳ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ (ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಪಾಶ್ಚಿಮಾತ್ಯರಲ್ಲಿ) ಹಾವಳಿ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವುದೂ ಎಲ್ಲರಲ್ಲೂ ದುಗುಡ, ದುಮ್ಮಾನಗಳನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿದೆ. ನಾಸ್ಟ್ರೋಡಾಮಸ್‌ನಂತಹ ಭವಿಷ್ಯಕಾರರು ಹೇಳಿದ ಪ್ರಳಯದ ಮೊದಲೇ ವೀರ್ಯನಾಶದಿಂದ ಮನುಕುಲ ನಾಶವಾಗಬಹುದೇ ? ಎಂಬ ಭಯ ಭೂತಾಕಾರವಾಗಿ ದಿನೇ ದಿನೇ ಬೆಳೆಯುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ■

ಮದುವೆ ಬೇಕೋ? ಬೇಡವೋ?,

(೪೦ನೇ ಪುಟದಿಂದ)

ಕಷ್ಟದಿಂದ ದೂರವಾಗಲು ಯಾರೇ ಪ್ರೀತಿತೋರಿದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಮರುಳಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಜಾಸ್ತಿ. ಆದರೆ ದೊರೆಯುವ ಪ್ರೀತಿ ಎಷ್ಟು ಗಾಢವಾದದ್ದು, ನಿಜಕ್ಕೂ ಜೀವನ ಪೂರ್ಣ ಅದು ಇಬ್ಬರನ್ನು ಬಂಧಿಸಬಲ್ಲದೇ ? ಎಂದು ಹೇಳುವುದು ಕಷ್ಟ. ಕೋಪ, ಕೀಳರಿಮೆ, ತಪ್ಪು ಎಂಬ ಭಾವನೆಗಳು ಪ್ರೀತಿಯ ಉಗಮಕ್ಕೆ ತಡೆಯಾಗಬಲ್ಲವು. ಅಂತಹ ಪರಿಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಚಿಸಿ ಮುಂದುವರಿಯುವುದು ಅತಿ ಅವಶ್ಯಕ.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳುವುದಾದರೆ ಮದುವೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನದ ಸುದಿನಗಳಿಗೆ ಪೂರಕವಾಗಬೇಕಾದುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಯೋಚಿಸಿ ಮುಂದುವರಿಯ ಬೇಕಾದುದು ಅವಶ್ಯಕ. ಮದುವೆ ಒಂದು ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಜೂಜಾಟಕ್ಕೆ ಹೋಲಿಸಬಹುದಾದರೂ, ಎಲ್ಲೆಡೆ ಅಷ್ಟು ಗೊಂದಲಮಯವಾಗಿರಬೇಕಿಲ್ಲ. ತಾನು ಆರಿಸುವ ಸಂಗಾತಿ ತನ್ನ ಭಾವನೆ, ಆಸೆ ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಅರಿಯಬಲ್ಲರೇ ? ಎಂಬುದನ್ನು ನೋಡಿ, ತನ್ನ ಆಸೆ, ಆಕಾಂಕ್ಷೆಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವ ಶಕ್ತಿ ಸಂಗಾತಿಗಿದೆಯೇ ? ನೋಡಿ. ಶಕ್ತಿಯಿದ್ದರೂ ಅದನ್ನು ಅರಿತು, ಪೂರೈಸುವ ಮನಸ್ಸಿದೆಯೇ,? ಅರಿಯಿರಿ. ಅದಿಲ್ಲದಿದ್ದರೆ ಅಂತಹ ಮದುವೆಗಳು ಗಟ್ಟಿಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲಲಾರವು. ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಸಂತೋಷ ಸಿಗುವ ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಅದು ಸಾಮೀಪ್ಯ ವೃದ್ಧಿಗೆ ಸಹಕಾರಿ, ಅದೇ ಗಟ್ಟಿಯಾದ ಬಾಳು. ಅಂತಹ ವ್ಯವಸ್ಥೆಯಲ್ಲಿ ಹಲವು ತ್ಯಾಗಗಳಿಗೆ ಇಬ್ಬರೂ ತಯಾರಿರಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊಂದಾಣಿಕೆ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಸಂತೋಷ ಜಾಸ್ತಿಯಿದ್ದಾಗ ಕೆಲವು ಕಷ್ಟಗಳು ಗೌಣವಾಗುತ್ತವೆ. ದುಃಖವೇ ಹೆಚ್ಚಾದಾಗ ಮದುವೆ, ಸಂಸಾರ ಎಂಬ ವ್ಯವಸ್ಥೆಗಳು ನಲುಗುತ್ತವೆ. ಆ ಪರೀಕ್ಷೆ ಗೆಲ್ಲಲು ಇಬ್ಬರಿಗೂ ಸಾಧ್ಯವಾಗಬೇಕಾದರೆ ಸಂಗಾತಿಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿ, ಪ್ರೇಮ, ಗೌರವ, ಜವಾಬ್ದಾರಿ, ತ್ಯಾಗದ ಅರಿವಿರುವುದು ಅವಶ್ಯಕ. ■



ವಿಷಪೂರಿತ ಮಕ್ಕಳಾಟ

ಡಾ।। ಜಗದೀಶ್. ಎಸ್., ನ್ಯಾಯ ವೈದ್ಯಶಾಸ್ತ್ರ ವಿಭಾಗ, ಕಿಮ್ಸ್, ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿ

ಮಂಜ ಹನ್ನೆರಡು ವರ್ಷ ಪ್ರಾಯದ ಪಡ್ಡೆ ಹುಡುಗ. ಕಡು ಬಡತನವಿದ್ದರೂ ಅಪ್ಪ-ಅಮ್ಮ ಕೂಲಿ,ನಾಲಿ ಮಾಡಿ ಒಪ್ಪೊತ್ತಾದರೂ ಗಂಜಿ ಯಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆ ತುಂಬಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಮಂಜ ಇತರ ಹಟ್ಟಿಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಲೀಡರ್‌ನಂತಿದ್ದ, ಅವನ ಮಾತಿಗೆ ಯಾವ ಮಕ್ಕಳೂ ಎದುರಾಡುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲ. ಒಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಕಾಕನ ಹೋಟಲ್‌ನ ಮಸಾಲೆ ದೋಸೆಯ ಘಮಘಮ ವಾಸನೆ ತಡೆಯ ಲಾಗದೇ, ತಿನ್ನಲು ಆಸೆಯಾಗಿ ಒಂದು ಭಯಾನಕ ಯೋಜನೆ ಹಾಕಿದನು.

ಊರಾಚೆ ಗಿಡದಲ್ಲಿದ್ದ ಕಂದು ಬಣ್ಣದ ಆಕರ್ಷಕ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಕಿತ್ತು ತಂದನು. ಐದು ಪೈಸೆಯಿಂದ ನಾಲ್ಕಾಣೆಯಂತೆ ಎಲ್ಲ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಹಟ್ಟಿಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಿತರಿಸಿ ದೋಸೆ ತಿನ್ನಲು ಹಣ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದನು. ಏನೋ ಆಸೆಯಿಂದ ದುಡ್ಡು ಕೊಟ್ಟು ಕೊಂಡ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲಾ ತಿಂದರು. ಕೆಲವು ಗಂಟೆಗಳ ನಂತರ ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳು ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವೆಂದು ಅಳತೊಡಗಿದರು. ಅಷ್ಟು ಹೊತ್ತಿಗೆ ಸಂಜೆಯಾಗಿತ್ತು. ಹಟ್ಟಿಗೆ ಹಿಂತಿರುಗಿದ ತಂದೆ-ತಾಯಂದಿರು ಮಕ್ಕಳು ಹಸಿವಿನಿಂದ ಬಳಲಿ ಅಳುತ್ತಿರಬೇಕೆಂದು ಗಂಜಿ ಮಾಡಿ ಕುಡಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಮಕ್ಕಳ ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು ಶಮನವಾಗುವುದಿರಲಿ, ಇನ್ನೂ ಜಾಸ್ತಿ ಯಾಗಿ ವಾಂತಿ ಕೂಡ ಪ್ರಾರಂಭವಾಯಿತು. ಅಕ್ಕ ಪಕ್ಕದ ಗುಡಿಸಿಲಿನಿಂದ ಮಕ್ಕಳ ಚೀರಾಟ ಜಾಸ್ತಿ ಯಾಗತೊಡಗಿತು, ಕೆಲವು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಭೇದಿ ಯಾಗತೊಡಗಿತು.

ಮಕ್ಕಳ ಈ ವಿಚಿತ್ರ ನಡವಳಿಕೆಯಿಂದ ತಂದೆ ತಾಯಂದಿರು ಗಾಬರಿಯಾದರು. ಹಟ್ಟಿಯ ನಾಯಕನಿಗೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ವಾಂತಿ, ಭೇದಿ, ಹೊಟ್ಟೆ ನೋವು, ನಿಶಕ್ತಿ, ನಿತ್ರಾಣವಾಗಿರುವುದನ್ನು ವಿವರಿಸಿದರು. ವೈದ್ಯರನ್ನು ಕಾಣಲು ಹಟ್ಟಿಯ ನಾಯಕ ಮಕ್ಕಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಹುಬ್ಬಳ್ಳಿಯ ಕಿಮ್ಸ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ತಂದನು. ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದ ವೈದ್ಯರು ಒಂದೇ ಹಟ್ಟಿಯ ಮಕ್ಕಳು ಹೀಗೆ ಒಮ್ಮೆಲೇ ನಿತ್ರಾಣವಾದುದ್ದನ್ನು ಅರಿಯಲು ನಾಯಕನನ್ನು ಹಾಗೂ ಮಕ್ಕಳ ತಂದೆತಾಯಿ ಯಂದಿರನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ವಿಚಾರಿಸಿ ನಂತರ ವಿಷಪೂರಿತ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯಿಂದ ಹೀಗಾಗಿರ ಬಹುದೆಂಬ ಶಂಕೆ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

ಗಂಜಿ ಬಿಟ್ಟು ಬೇರೇನೂ ತಿನ್ನದ ಹಟ್ಟಿಯ ಜೀವಿಗಳಿಗೆ ಹೀಗೇಕಾಯಿತೂ ಎಂದು ನಾಯಕ ಮೈ ಪರಚಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿದ್ದಾಗ, ಮೂರು ವರ್ಷದ ರಂಗ ತನ್ನ ತೊದಲು ಮಾತುಗಳಿಂದ ಅಂದು ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ತಿಂದ ಬೀಜಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳಿದನು. ಆಗ ಮಂಜನನ್ನು ಗದರಿಸಿ ಕೇಳಿದಾಗ, ಮಸಾಲೆ ದೋಸೆ ಗಾಗಿ ಊರಾಚೆಯ ಗಿಡದ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಮಾರಿದುದಾಗಿ ಒಪ್ಪಿಕೊಂಡು, ಎರಡು ಬೀಜ ಗಳನ್ನು ಮೆಲ್ಲಗೆ ತನ್ನ ಕಿಸೆಯಿಂದ ತೆಗೆದು ವೈದ್ಯರ ಮೇಜಿನ ಮೇಲಿಟ್ಟನು.

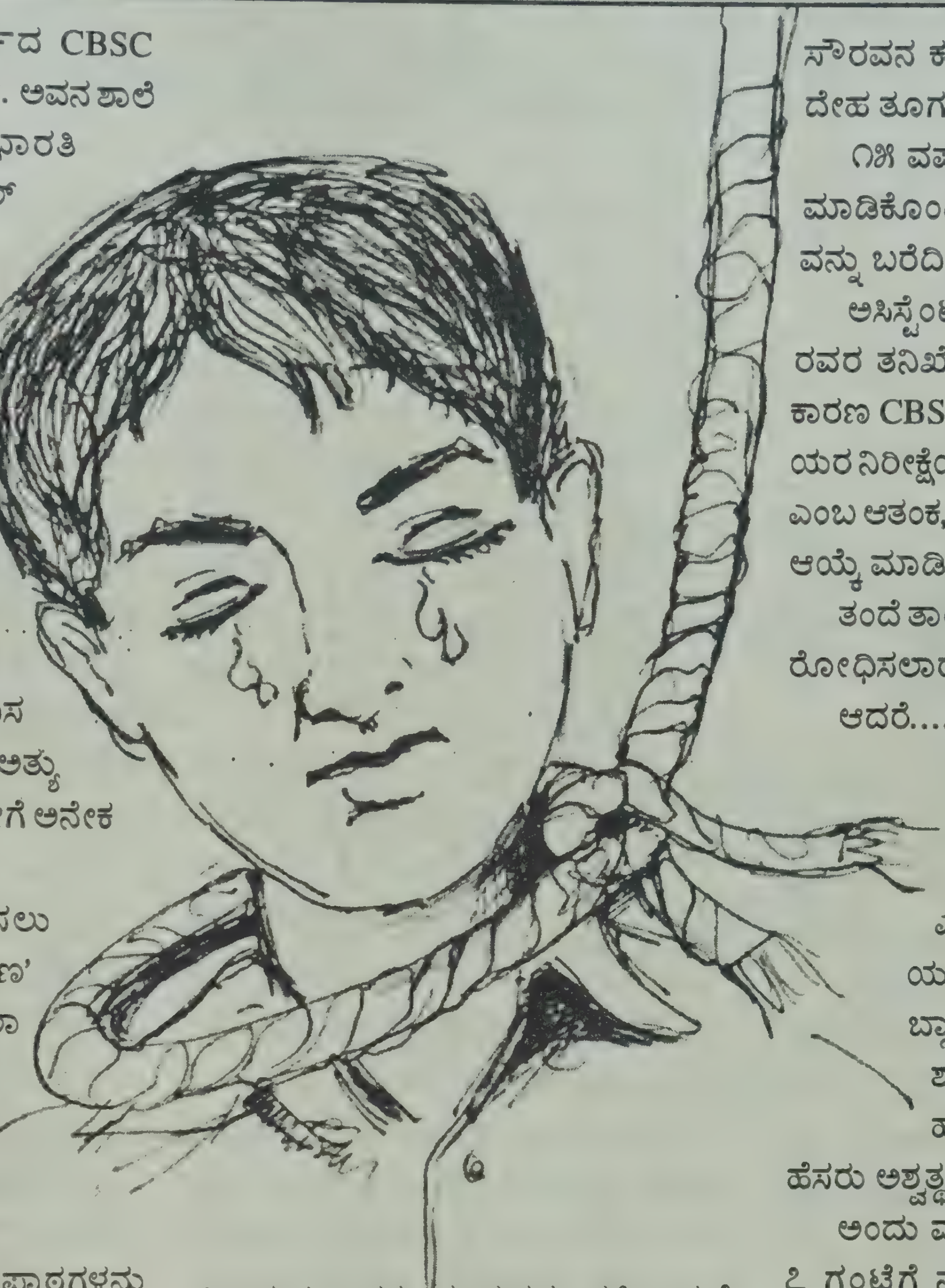
ಬೀಜಗಳನ್ನು ಕೂಲಂಕಷವಾಗಿ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದ ವೈದ್ಯರು ಅವು ವಿಷಪೂರಿತ ಬೀಜಗಳೆಂದೂ, ಆ ಬೀಜಗಳನ್ನು ತಿಂದಿದ್ದರಿಂದಲೇ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹೊಟ್ಟೆನೋವು, ವಾಂತಿ, ಭೇದಿ, ನಿಶಕ್ತಿ, ನಿತ್ರಾಣ ಕಾಣಿಸಿರುವುದೆಂದೂ ಹೇಳಿದರು. ಒಟ್ಟು ೧೭ ಮಕ್ಕಳು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಸೇರಿದ್ದರು. ಅವರುಗಳಲ್ಲಿ ಮೂರು ಮಕ್ಕಳು ಅತೀ ಭೇದಿಯಾಗಿ, ತುಂಬಾ ನಿಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಬಳಲಿದ್ದರು. ಅವರನ್ನು ಎರಡು ದಿವಸ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿಯೇ ಆರೈಕೆ ಮಾಡಿದರು. ಉಳಿದವರನ್ನು ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನಂತರ ಮರುದಿವಸ ಮನೆಗೆ ಕಳುಹಿಸಿದರು.

ಮನೆಗೆ ಹೋಗುವ ಮುಂಚೆ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಹಾಗೂ ತಂದೆ-ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ವೈದ್ಯರು ಕೆಲವು ಕಿವಿಮಾತುಗಳನ್ನು ಹೇಳಿದರು. ಮಕ್ಕಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲಾ ಗಿಡಗಂಟೆಗಳ ಎಲೆ, ಕಾಯಿ, ಬೀಜಗಳ ಬಣ್ಣ, ಆಕಾರಗಳ ಆಕರ್ಷಣೆಗೆ ಒಳಪಟ್ಟು ಅವುಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟುವುದು, ತಿನ್ನುವುದನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಹಿರಿಯರು ಅದನ್ನು ತಡೆಯಬೇಕು ಮತ್ತು ಯಾವ ಗಿಡಗಳ ಎಲೆ, ಕಾಯಿ, ಬೀಜಗಳು ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಹಾನಿ ಅಥವಾ ವಿಷಪೂರಿತವೆಂಬುದನ್ನು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ತಿಳಿಸಬೇಕು. ಸಾಧ್ಯವಾದಷ್ಟು ಅವು ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಸಿಗದಂತೆ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು.

ಮಕ್ಕಳ ಜೀವ ಹಾಗೂ ಆರೋಗ್ಯ ಅಮೂಲ್ಯ. ಅಕಸ್ಮಾತ್ ಮಕ್ಕಳು ಅವುಗಳನ್ನು ತಿಂದರೆ ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮೇಲೆ ತಿಳಿಸಿದ ಯಾವುದೇ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡು ಬಂದರೇ ಅಥವಾ ಮಕ್ಕಳು ಎಂದಿನಂತೆ ಇರದಿದ್ದರೇ ತುರ್ತಾಗಿ ಹತ್ತಿರದ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತೋರಿಸಬೇಕು. ತಿಂದ ಬೀಜ ಅಥವಾ ಅದರ ಗಿಡವನ್ನು ಕೂಡ ವೈದ್ಯರ ಬಳಿಗೆ ತಂದರೆ ವೈದ್ಯರು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ನೀಡಿ, ಮಕ್ಕಳ ಜೀವಕ್ಕೆ ಹಾನಿಯಾಗುವುದನ್ನು ತಡೆಯಬಹುದು.

(ವಿ.ಸೂ.: ವಿಷಪೂರಿತ ಬೀಜಗಳ ಮತ್ತು ಮಕ್ಕಳ ಹೆಸರುಗಳನ್ನು ಗೌಪ್ಯವಾಗಿಡಲಾಗಿದೆ.) ■

ಯಾರು ಕೊಂದರು ಸೌರವನನ್ನು?



ಸೌರವ್ ಸೆಹಗಲ್ ೧೫ ವರ್ಷದ CBSC ಯ Xನೆಯ ತರಗತಿಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ. ಅವನ ಶಾಲೆ ವಾಯುಪಡೆಗೆ ಸೇರಿದ ಬಾಲಭಾರತಿ ಶಾಲೆ. ತಂದೆ ಪ್ರವೀಣ್ ಸೆಹಗಲ್ ನೌಕಾಪಡೆಯಲ್ಲಿ ಕ್ಯಾಪ್ಟನ್. ಮನೆ ದೆಹಲಿಯ ಪೂರ್ವ ಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ನಿರ್ಮಾಣ್ ವಿಹಾರದಲ್ಲಿದೆ. ಈತ ಒಬ್ಬನೇ ಮಗ!

ಹೆತ್ತವರು ತಮ್ಮ ಮಗನ ಬಗೆಗೆ ಬಹಳ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದರು. ತಮ್ಮ ಮಗ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಓದ ಬೇಕು, ಒಳ್ಳೆಯ ಕೆಲಸಕ್ಕೆ ಸೇರಬೇಕು, ಕೈತುಂಬಾ ಸಂಪಾದಿಸ ಬೇಕು, ಉತ್ತಮ ನಾಗರಿಕನಾಗಿ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಬದುಕನ್ನು ನಡೆಸಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಅನೇಕ ಕನಸುಗಳನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದರು.

ಆ ಕನಸುಗಳನ್ನು ನನಸಾಗಿಸಲು ತಮ್ಮ ಮಗನಿಗೆ ''ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಶಿಕ್ಷಣ' ನೀಡುತ್ತಿದ್ದರು. ಸೌರವನಿಗೆ ಶಾಲಾ ಪಾಠವಲ್ಲದೆ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಕೊಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ಒಬ್ಬರಲ್ಲ, ಇಬ್ಬರಲ್ಲ ಮೂವರು ಅಧ್ಯಾಪಕರ ನೆರವಿನಿಂದ! ಇವರಂತೂ ಪ್ರತಿ ದಿವಸ ಪಾಠಗಳನ್ನು ಅರೆದು ಸೌರವನಿಗೆ ಕುಡಿಸುತ್ತಿದ್ದರು!

ಅಂದು ಭಾನುವಾರ. ಸಂಜೆಯವರೆಗೆ ಅಧ್ಯಾಪಕತ್ರಯರು ಪಾಠ ಮುಗಿಸಿ ಆಗಷ್ಟೇ ನಡೆದಿದ್ದರು. ಸೌರವ್ ಹೊರಗೆ ಒಂದು ಆಟವಾಡಲು ಆರಂಭಿಸಿದ. ಹೆತ್ತವರು ಹತ್ತಿರದ ಕನಾಟ್ ಪ್ಲೇಸ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಕಾಳಿಯ ದೇವಸ್ಥಾನಕ್ಕೆ ಹೋದರು. ಆಟವಾಡಿ ಬಂದ ಸೌರವ್ ಚಪಾತಿ, ಕೋಳಿ ಸಾರನ್ನು ತಿಂದ. ಆಗ ಸಮಯ ರಾತ್ರಿ ೮.೩೦. ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಸೌರವನ ಜೊತೆಗೆ ಕೆಲಸಗಾರ ಲಡ್ಡು ಮಾತ್ರ ಇದ್ದ.

ಸೌರವ್ ತನ್ನ ಕೋಣೆಗೆ ಹೋಗಿ ಚಿಲಕವನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡ. ರಾತ್ರಿ ೯.೩೦ ಕ್ಕೆ ಸೆಹಗಲ್ ದಂಪತಿಗಳು ಬಂದರು. ಸೌರವ್ ಎಲ್ಲಿ? ಎಂದು ಕೇಳಿದರು. ತನ್ನ ಕೋಣೆಯೊಳಗೆ ಹೋಗಿ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಬಹಳ ಹೊತ್ತಾಯಿತು, ಇನ್ನೂ ಹೊರ ಬಂದಿಲ್ಲ ಎಂದ ಲಡ್ಡು. ಹೆತ್ತವರು ಹೋಗಿ ಬಾಗಿಲನ್ನು ತಟ್ಟಿದರು. ಉತ್ತರ ಬರಲಿಲ್ಲ, ಹೆಸರು ಹಿಡಿದು ಕೂಗಿದರು. ಮಾರುತ್ತರ ಬರಲಿಲ್ಲ. ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಬಡಿದರು, ಕೊನೆಗೆ...... ಎಲ್ಲರೂ ಸೇರಿ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಮುರಿದು ಒಳ ಹೋದರು.

ಫ್ಯಾನಿಗೆ ಒಂದು ನೈಲಾನ್ ಹಗ್ಗ ಬಿಗಿದಿತ್ತು. ಅದರ ಮತ್ತೊಂದು ತುದಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಕುಣಿಕೆ ಸೌರವನ ಕುತ್ತಿಗೆಯ ಸುತ್ತಲು.....ಸೌರವನ ದೇಹ ತೂಗುತ್ತಿತ್ತು!

೧೫ ವರ್ಷದ ಸೌರವ ಸೆಹಗಲ್ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದ. ಸೌರವ್ ಯಾವುದೇ ಪತ್ರವನ್ನು ಬರೆದಿಟ್ಟಿರಲಿಲ್ಲ

ಅಸಿಸ್ಟೆಂಟ್ ಕಮಿಶನರ್ ರಣವೀರ್‌ಸಿಂಗ್ ರವರ ತನಿಖೆಯಿಂದ, ಸೌರವನ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆಗೆ ಕಾರಣ CBSC Xಪರೀಕ್ಷೆಯಂತೆ! ತಂದೆ ತಾಯಿಯರ ನಿರೀಕ್ಷೆಯ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಾನು ತಲುಪಲಾರೆ ಎಂಬ ಆತಂಕ, ಅವನನ್ನು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾರ್ಗವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಪ್ರಚೋದಿಸಿತ್ತು.

ತಂದೆ ತಾಯಿಯರು ಕರುಳು ಬಿರಿಯುವಂತೆ ರೋಧಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರು.

ಆದರೆ..... ಸೌರವ್ ಸತ್ತಿದ್ದ.

ಅರುಣ್ ಕುಮಾರ್ ೧೬ ವರ್ಷದ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿ. ಬರಲಿರುವ ಮಾರ್ಚ್‌ನಲ್ಲಿ ಎಸ್.ಎಸ್.ಎಲ್.ಸಿ. ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸ ಬೇಕಿತ್ತು. ರಾಮಕೃಷ್ಣ ಬ್ಲಾಕ್‌ನಲ್ಲಿರುವ ಜಲಜಾಕ್ಷಿ ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿದ್ದ. ತಂದೆಯ ಹೆಸರು ನಾಗರಾಜ. ತಾಯಿಯ ಹೆಸರು ಅಶ್ವತ್ಥಮ್ಮ.

ಅಂದು ಮಂಗಳವಾರ. ಎಂದಿನಂತೆ ಬೆಳಿಗ್ಗೆ ೭ ಗಂಟೆಗೆ ನಾಯಿಯನ್ನು ಕರೆದುಕೊಂಡು ತಿರುಗಾಡಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದ ತನ್ನ ಕೋಣೆಯನ್ನು ಸೇರಿಕೊಂಡ. ತಾಯಿ ಅಶ್ವತ್ಥಮ್ಮ ಕಾಫಿ ಕುಡಿಯಲು ಬರುವಂತೆ ಕರೆದರು. ಅರುಣ ಬರಲಿಲ್ಲ. ಮಗನು ಓದುವಾಗ ನಡುವೆ ಯಾರಾದರು ಮಾತನಾಡಿಸಿ ದರೆ ಅವನಿಗೆ ಸಿಟ್ಟು ಬರುತ್ತದೆ ಎಂಬ ವಿಷಯ ತಾಯಿಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು. ಹಾಗಾಗಿ ಆಕೆ ಸುಮ್ಮನಾದಳು. ತಂದೆ ನಾಗರಾಜ ಮಗನನ್ನು ಕರೆದರು - ಅವನು ಬರಲಿಲ್ಲ ನಾಗರಾಜ ಮಗನ ಕೋಣೆಯ ಕಿಟಕಿ ಬಾಗಿಲು ಮುಚ್ಚಿರುವುದನ್ನು ನೋಡಿ ಬಾಗಿಲು ತಟ್ಟಿದರು. ಉತ್ತರ ಬರಲಿಲ್ಲ ಹೆದರಿದ ನಾಗರಾಜ ಬಾಗಿಲನ್ನು ಒಡೆದು ಒಳ ಬಂದರು.....

ಸೂರಿನಲ್ಲಿದ್ದ ಕಬ್ಬಿಣದ ಕೊಕ್ಕೆಗೆ ಬಟ್ಟೆ ಒಣಗಿಸುವ ಹಗ್ಗ. ಅದಕ್ಕೆ ನೇತು ಬಿದ್ದಿದ್ದ ಅರುಣ್ ಕುಮಾರ!

ಅರುಣ್ ಕುಮಾರ್ ಅಷ್ಟು ಬುದ್ಧಿವಂತ

ಈ ಸಲ ೯೭ ತಗೋಳಿಲ್ಲ ಅಂದ್ರೆ ನೋಡು....'' ನಮ್ಮ ಮಗ ಫಸ್ಟ್ ರ್‍ಯಾಂಕ್ ಬರಬೇಕಷ್ಟೇ ! ಎಂಬಿತ್ಯಾದಿ ಹಿರಿಯರ ಬೆದರಿಕೆಗಳು ಹುಡುಗನ ಆತ್ಮಸ್ಥೈರ್ಯವನ್ನು ಕುಂದಿಸಿ ಅವನ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ಹೇರುತ್ತವೆ.

ಆಕಸ್ಮಾತ ಆ ಮಗು ಫೇಲಾದರೆ...

ಈಗ ಹೇಳಿ ಸೌರವನನ್ನು ಯಾರು ಕೊಂದರು?

ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಾಗಿರಲಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವನ ತಮ್ಮಂದಿರು ಓದಿನಲ್ಲಿ ಚುರುಕಾಗಿದ್ದರು. ತಂದೆ-ತಾಯಿಯರ ಪ್ರಕಾರ ಅವರು ಎಂದೂ ತಮ್ಮ ಮಗನನ್ನು ಓದುವಂತೆ ಬಲವಂತ ಮಾಡಿರಲಿಲ್ಲವಂತೆ, ಬೈದಿಲ್ಲವಂತೆ, ಹೊಡೆದಿರ ಲಿಲ್ಲವಂತೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲೂ ಸಹ ಯಾವುದೇ ಶಿಸ್ತಿನ ಒತ್ತಡ ಇರಲಿಲ್ಲವಂತೆ.

ಆದರೂ ಅರುಣ್ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದ.

ಶೇಷಾದ್ರಿಪುರಂ ಪೊಲೀಸ್ ಠಾಣೆಯ ಇನ್ಸ್‌ಪೆಕ್ಟರ್‌ರ ಪ್ರಕಾರ ಅರುಣ್ ಯಾವುದೇ ಪತ್ರವನ್ನು ಬರೆದು ಇಟ್ಟಿರಲಿಲ್ಲವಂತೆ. ಅವನ ಗೆಳೆಯರ ಪ್ರಕಾರ ಅರುಣ್ ಎಷ್ಟೇ ಕಷ್ಟಪಟ್ಟು ಓದಿದರೂ ಹೆಚ್ಚು ಅಂಕ ಬರುತ್ತಿರಲಿಲ್ಲವಂತೆ. ಹಿಂದಿನ ದಿನವಷ್ಟೇ ಕ್ಲಾಸ್ ಪರೀಕ್ಷೆಗಳ ಫಲಿತಾಂಶ ಬಂದು, ಅದರಲ್ಲಿ ಮೂರು ವಿಷಯಗಳಲ್ಲಿ ಅರುಣ್ ಕುಮಾರ್ ಪಾಸಾಗಿದ್ದನಂತೆ.......

ಇನ್ಸ್‌ಪೆಕ್ಟರ್ ಅವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯದಂತೆ ಅರುಣ್‌ಕುಮಾರ್ ಬರಲಿರುವ ಎಸ್.ಎಸ್.ಎಲ್.ಸಿ. ಪರೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ಎದುರಿಸಿ, ಉತ್ತೀರ್ಣನಾಗುವ ಭರವಸೆ ಇಲ್ಲದುದರ ಕಾರಣ ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡಿದ್ದಾನೆ.

ಈಗ ಅವನ ಹೆತ್ತವರು ಗೋಳಾಡುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಯಾರು ಕೊಂದರು ಸೌರವನನ್ನು?

ಯಾರು ಕೊಂದರು ಅರುಣನನ್ನು?

ಯಾರು ಕೊಂದರು, ಕೊಲ್ಲಲಿರುವರು ಇಂತಹ ಹಲವು ಹತ್ತು ಕಂದಮ್ಮರನ್ನು?

ನಾವು ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ ಎಂದು ಓದಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆಯೆ?

ಈ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಮೇಲಿನ ಎರಡು ಸತ್ಯ ಘಟನೆಗಳು ಹೌದು ಹೌದು ಎಂದು ಘಂಟಾಘೋಷವಾಗಿ ಉತ್ತರಿಸಿವೆ.

ಅನ್ನ ಬೆಂದಿರುವುದನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ಒಂದೆರಡು ಅಗಳನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸಿದರೆ ಸಾಕಲ್ಲವೆ?

ಶಿಕ್ಷಣದ ಹೆಸರಿನಲ್ಲಿ ನಾವು ಶಿಕ್ಷೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಎಳೆಯ ಭುಜಗಳ ಮೇಲೆ ಹಿಮಾಲಯವನ್ನು ಹೊರೆಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಗಳು ಹತ್ತಿರ ಬರುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ಎಲ್ಲರ ಮನೆಗಳಲ್ಲಿ ಸೋಂಕು ರೋಗ ಹರಡುತ್ತದೆ. ಓದು.... ಓದು....ಓದು. '' ಈ ಸಲ ೯೭ ತಗೋಳಿಲ್ಲ ಅಂದ್ರೆ ನೋಡು....'' ಎಂಬ ಬೆದರಿಕೆ! ಅವರ ಲೆಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಹುಡುಗರೆಂದರೆ ಟೇಪ್ ರೆಕಾರ್ಡರ್‌ಗಳು! ಇಂದಿನ ಶಿಕ್ಷಣವೆಂದರೆ ವರ್ಷವಿಡೀ ಉರುಹಚ್ಚಿದ್ದನ್ನು ಮೂರು ಗಂಟೆಗಳಲ್ಲಿ ವಾಂತಿ ಮಾಡುವ ಅದ್ಭುತ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ. ಶಾಲೆಗಳೂ ಅಷ್ಟೇ. ಸೆಂಟ್ ಪರ್ಸೆಂಟ್ ರಿಸಲ್ಟ್ ತಮ್ಮ ಶಾಲೆಗೆ ಬರಬೇಕು (ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಡೊನೇಶನ್ ಪಡೆಯಬೇಕು) ಎಂಬ ಆಸೆಯಲ್ಲಿ, ಹುಡುಗರು ವಿಷಯವನ್ನು ಅರ್ಥ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲಿ, ಬಿಡಲಿ ಉರು ಹಚ್ಚಿಸುವುದೇ ತಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ ಎಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತವೆ.

ಶಿಕ್ಷಣವೆನ್ನುವುದು ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗೆ ಬದುಕಿನ ಬಗ್ಗೆ ವಿಶಾಲ ದೃಷ್ಟಿ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಒದಗಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಪ್ರಸ್ತುತ ಶಿಕ್ಷಣ ಕೇವಲ ''ಟನಲ್ ವಿಶನ್ ಸಿಂಡ್ರೋಮ್'' ಎಂಬ ರೋಗವನ್ನು ಮಾತ್ರ ತಂದು ಕೊಡುತ್ತಿದೆ. ಅಂದರೆ ಕುದುರೆಯ ಎರಡೂ ಕಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಮರೆಮಾಡಿ, ಮುಂದೆ ನಡೆಯಲು ಸಾಕಾಗುವಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ನೀಡಿದಂತೆ. ಪರೀಕ್ಷೆಯಲ್ಲಿ ಪಾಸಾಗಲು ಒಂದಷ್ಟು ಸೂತ್ರಗಳನ್ನು, ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ಒಪ್ಪಿಸಿದರೆ ಸಾಕು. ಪರೀಕ್ಷೆ ಮುಗಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ಅವು ಮರತೇ ಹೋಗುತ್ತವೆ.

ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಮಗುವಿನಲ್ಲಿ ಸಹಜ ಕುತೂಹಲ ಎನ್ನುವುದು ಇರುತ್ತದೆ. ಶಿಕ್ಷಣವು ಈ ಕುತೂಹಲವನ್ನು ಕೆರಳಿಸಬೇಕು. ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು, ಪರಿಸರವನ್ನು, ಸಮಾಜವನ್ನು, ಬದುಕನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡುವ, ಅಧ್ಯಯನ ಮಾಡಿದ್ದನ್ನು ವಿಶ್ಲೇಷಿಸುವ, ವಿಶ್ಲೇಷಿಸಿದ್ದನ್ನು ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಒಳಗೊಂಡಿರಬೇಕು. ಪ್ರತಿಯೋರ್ವ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಯಲ್ಲಿ, ಅವನಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿರುವ ಸುಪ್ತ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನು ಹೊರ ತರುವ ಮಹತ್ವಾಕಾಂಕ್ಷೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು ನಮ್ಮ ಶಿಕ್ಷಣ ಪದ್ದತಿ.

ಕೇವಲ ಡಾಕ್ಟರುಗಳನ್ನು, ಎಂಜಿನಿಯರುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸುವುದಲ್ಲ.

ಇನ್ನು ಅಪ್ಪ ಅಮ್ಮಂದಿರಾದ ನಾವು.......

ನಮ್ಮ ಮಗ ಯೋಗ್ಯತೆ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಬುದ್ಧಿವಂತಿಕೆ ಇವನ್ನು ವಸ್ತುನಿಷ್ಠವಾಗಿ ಎಂದಿಗೂ ತೂಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನಮ್ಮ ಮಗನ ಫಸ್ಟ್‌ರ್‍ಯಾಂಕ್ ಬರಬೇಕಷ್ಟೇ!

ನಮ್ಮ ಮಗನಿಗೆ ಯಾವ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಅಭಿರುಚಿಯಿದೆ? ಎಂಬುದನ್ನು ಅವನ ಬಾಲ್ಯದಿಂದಲೇ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಅವಲೋಕಿಸುವ ಕೆಲಸವನ್ನು ನಾವು ಮಾಡುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಗುರುತಿಸಿದರೂ, ಅದನ್ನು ಉತ್ತೇಜಿಸುವುದೇ ಇಲ್ಲ ತುಳಿಯುವುದೇ..ಹೆಚ್ಚು. ನಾಟಕ, ಹಾಡು, ಕ್ರಿಕೆಟ್, ಡ್ಯಾನ್ಸುಗಳಿಂದ ಹೊಟ್ಟೆತುಂಬಲ್ಲ, ಇವರಿಗೆ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಬೆಲೆಯಿಲ್ಲ ಡಾಕ್ಟರಾಗಬೇಕು, ಎಂಜನಿಯರಾಗಬೇಕು. ಆಗಷ್ಟೇ ನಮ್ಮ ತುರುಬಿಗೆ ಎರಡು ಗರಿ!

ಇನ್ನು ಈ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಜಗತ್ತು......!

ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಸ್ಪರ್ಧೆಯೆ! ಡಾರ್ವಿನ್ನನ ನಿಯ[...]ಗಳು ನಮಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿದಿದೆ. Struggle for e[...]istence and survival of the finest . ಇ[...] ಬದುಕುಲು ಹೋರಾಟ ಅನಿವಾರ್ಯ. [...] ಹೋರಾಟದಲ್ಲಿ ಬಲಶಾಲಿ ಮಾತ್ರ ಬದುಕುಳಿಯ[...] ಬಲ್ಲ. ದುರ್ಬಲ ಅಳಿಯುವ ನಿಜ.

ಆದರೆ ಎಲ್ಲರೂ ಫಸ್ಟ್‌ರ್‍ಯಾಂಕ್ ಬರಲು ಹೇ[...] ಸಾಧ್ಯ?

ಈ ಸ್ಪರ್ಧಾತ್ಮಕ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅಂಕಗಳನ[...]ಗಳಿಸಲು ನೇರ ಮಾರ್ಗ ಬಹಳ ಕಷ್ಟ.

ಇಂದು ಅತಿಹೆಚ್ಚು ಅಂಕಗಳಿಸುವ ಮಾರ್ಗ[...]ಗಳಲ್ಲಿ ಹಣ, ಕಾಪಿ, ಪಿಡುಗು, ಜಾತಿ ಮತ್ತಿತ[...] ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಾರದ ಅನ್ಯಾಯಗಳು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿದರೆ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗೆ ಕೊನೆಯ ಸ್ಥಾನ ಲಭಿಸು[...]ತ್ತಿದೆ. ಹಾಗಾದರೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಗೆ ಬೆಲೆಯೇ ಇಲ್ಲವೇ? ಇದಕ್ಕೆ ಕೊನೆ[...]ಯೆಂತು? ನಮ್ಮ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಈ ಬಗೆಯ ಪಿಡುಗಿ[...]ನಿಂದ ಪಾರು ಮಾಡುವುದೆಂತು?

ನಿಜವಾಗಿಯೂ ಈ ದೇಶದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಭೆಗೆ ಬೆಲೆ[...]ಯಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕೆ ಪ್ರತಿಭಾ ಪಲಾಯನ ಇಲ್ಲೊಂದು ನಿಯಮವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿದೆ!

ಈಗ ಹೇಳಿ

ಯಾರು ಕೊಂದರು ಸೌರವನನ್ನು?

ಯಾರು ಕೊಂದರು ಅರುಣನನ್ನು?

ಯಾರು ಕೊಂದರು, ಇಂತಹ ಹಲವು ಹತ್ತು ಕಂದಮ್ಮರನ್ನು?

ಓದುಗರೆ.......

ಯಾರು ಕೊಂದರು ಸೌರವನನ್ನು? ನಮ್ಮ[...] ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ನಿಮ್ಮ ಉತ್ತರವೇನು?

ನಿಮ್ಮ ಮಗ. ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಸೌರವ, ಮಗ[...]ದೊಬ್ಬ ಅರುಣನಾಗದಿರಲು ನೀವೇನು ಕ್ರಮ[...]ಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಂಡಿದ್ದೀರಿ?

ಈ ಎರಡು ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ನಿಮ್ಮ ಅಭಿಪ್ರಾಯ[...]ಗಳನ್ನು ತಿಳಿಸಿ. ಒಂದು ಪುಟದೊಳಗೆ. ಪ್ರಕಟಿತ ಬರಹಗಳಿಗೆ ಸಂಭಾವನೆಯಿದೆ. ಪತ್ರ ಕಳುಹಿಸಲು ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕ ಏಪ್ರಿಲ್ ೩೦.

ವಿಳಾಸ

ಜೀವನಾಡಿ

ಯಾರು ಕೊಂದರು ಸೌರವನನ್ನು?

ಸಮೀಕ್ಷೆ ವಿಭಾಗ, ದಿಕ್ಸೂಚಿ ಕಾರ್ಯಾಲಯ

ನಂ. ೯೪೦, ೮ನೇ 'ಬಿ' ಮೇನ್,

೩ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್, ೩ ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್,

ಬಸವೇಶ್ವರ ನಗರ,

ಬೆಂಗಳೂರು-೫೬೦ ೦೭೯.

ವೈದ್ಯಕೀಯ ರಂಗದ ವಿಸ್ಮಯ

ರಕ್ತ ಬೀಜಾಸುರನ ಪುನರ್ ಸೃಷ್ಟಿ

ಶುಂಬ ನಿಶುಂಬ ಎಂಬುವರು ಇಬ್ಬರು ರಾಕ್ಷಸರು. ಈ ಅಣ್ಣಂದಿರು ಬ್ರಹ್ಮನನ್ನು ಕುರಿತು ಘೋರ ತಪಸ್ಸನ್ನು ಮಾಡಿ, ವರವನ್ನು ಪಡೆದು, ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಸೋಲಿಸಿ, ಮೂರು ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಅಧಿಪತಿಗಳಾದರು. ಈ ಅಣ್ಣ ತಮ್ಮಂದಿರ ಸೈನ್ಯಕ್ಕೆ ರಕ್ತಬೀಜಾಸುರ ಎಂಬ ರಾಕ್ಷಸ ಸೈನ್ಯಾಧಿಪತಿ. ಇವನಿಗೆ ಒಂದು ವಿಶಿಷ್ಟ ಶಕ್ತಿಯಿರುತ್ತದೆ. ಯಾರಾದರು ಇವನ ದೇಹದಿಂದ ಒಂದು ತೊಟ್ಟು ರಕ್ತವನ್ನು ಬೀಳಿಸಿದರೆ, ಆ ತೊಟ್ಟಿನಿಂದ ಅವನಂತಹ ಮತ್ತೊಬ್ಬ ರಕ್ತ ಬೀಜಾಸುರ ಹುಟ್ಟುತ್ತಾನೆ. ಅವನ ದೇಹದ ಒಂದೊಂದು ರಕ್ತಹನಿ ಒಬ್ಬ ಅಸುರನ ಹುಟ್ಟಿಗೆ ಬೀಜವಾಗುವ ಕಾರಣ ಅವನು ಅಜೇಯನಾಗಿರುತ್ತಾನೆ. ಕೊನೆಗೆ ಇವನನ್ನು ಕಾಳಿ ಕೊಲ್ಲಲು ನಿಶ್ಚಯಿಸುತ್ತಾಳೆ. ತನ್ನದೇ ರೂಪವಾದ ಸರಸ್ವತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ, ತಾನು ರಕ್ತಬೀಜಾಸುರನನ್ನು ಕೊಲ್ಲುತ್ತೇನೆ, ಅವನನ್ನು ನೀನು ಇಡಿಯಾಗಿ ನುಂಗಿಬಿಡು, ಒಂದು ಹನಿ ರಕ್ತವೂ ನೆಲಕ್ಕೆ ಬೀಳಬಾರದು, ಎನ್ನುತ್ತಾಳೆ. ಹಾಗೆಯೇ ರಕ್ತ ಬೀಜಾಸುರನ ಅಂತ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ತನ್ನ ದೇಹದ ಒಂದೊಂದು ರಕ್ತದ ಹನಿಯಿಂದ, ತನ್ನಂತಹ ಪ್ರತಿರೂಪದ ಉದ್ಭವ ! ಎಂತಹ ಕಲ್ಪನೆ ! !

★★★

ಸೂರ್ಯನ ಹೆಂಡತಿ ಸುವರ್ಚಲ. ಇವಳಿಗೆ ಗಂಡನ ಮನೆಗಿಂತಲೂ ತವರು ಮನೆಯ ಮೇಲೆಯೇ ಅಧಿಕ ಮೋಹ. ಗಂಡನಿಗೆ ತಿಳಿಯದಂತೆ ತವರು ಮನೆಗೆ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಬಂದಾಗಲೆಲ್ಲ ಗುಟ್ಟಾಗಿ ಓಡಿ ಹೋಗುತ್ತಿರುತ್ತಾಳೆ. ಆದರೆ ಇದು ಗಂಡನಿಗೆ ಗೊತ್ತಾಗಬಾರದಲ್ಲ ! ಅದಕ್ಕಾಗಿ ತನ್ನಂತಹ ಪ್ರತಿರೂಪವೊಂದನ್ನು ನಿರ್ಮಿಸುತ್ತಾಳೆ. ಅವಳೇ ಛಾಯಾ ! ಸೂರ್ಯನು ಛಾಯಾಳನ್ನೆ ತನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯೆಂದು ಭಾವಿಸುತ್ತಾನೆ, ಅವಳೊಡನೆ ಸಂಸಾರ ನಡೆಸುತ್ತಾನೆ. ಅದರ ಫಲವಾಗಿ ಯಮ ಮತ್ತು ಶನಿ ಎಂಬ ಇಬ್ಬರು ಗಂಡು ಮಕ್ಕಳು ಹಾಗೂ ಯಮುನಾ ಎಂಬ ಹೆಣ್ಣು ಮಗಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತಾರೆ.

ತನ್ನ ಗಂಡನಿಗೂ ಅನುಮಾನ ಬಾರದಂತೆ, ತನ್ನದೇ ಆದ ಪ್ರತಿರೂಪವನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಸುವರ್ಚಲಳಿಗೆ ಅದು ಹೇಗೆ ಬಂದಿತು?

★★★



"ಡಾಲಿ"ಯ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ರಕ್ತ ಬೀಜಾಸುರ !

• ನಾ.ಸೋಮೇಶ್ವರ

ರಾವಣಾಸುರ ಮಹಾನ್ ಶಿವಭಕ್ತ. ತನ್ನ ಕರುಳನ್ನೇ ಬಗೆದು ತಂತಿಗಳನ್ನಾಗಿಸಿ ಸಂಗೀತ ನುಡಿಸಿದವ. ಇಡೀ ಕೈಲಾಸವನ್ನೇ ತನ್ನ ತೋಳ್ಬಲದಿಂದ ಎತ್ತಿ ಶಿವನನ್ನು ಮೆಚ್ಚಿಸಿದ ಧೀರ ! ಇಂತಹವನ ಮುಂದೆ ಶಿವನು ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷನಾಗಿ, ಅಯ್ಯಾ ನಿನಗೇನು ವರ ಬೇಕು ಕೇಳು ? ಎಂದರೆ, ಅವನು ಜಗತ್ತಿಗೇ ಮಾತೆಯಾದ ಪಾರ್ವತಿಯನ್ನೇ ಬೇಡುವುದೇ? ಶಿವನು ಕೊಟ್ಟ ಮಾತಿಗೆ ತಪ್ಪುವಂತಿಲ್ಲವಲ್ಲ !

ಗಂಡನ ಧರ್ಮಸಂಕಟವನ್ನು ಅರಿತ ಆದಿ ಶಕ್ತಿ, ತನ್ನದೇ ಪ್ರತಿರೂಪವೊಂದನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ರಾವಣನೊಡನೆ ಕಳುಹಿಸುತ್ತಾಳೆ.

ಶಿವೆ, ಹೇಗೆ ಸೃಷ್ಟಿಸಿದಳು ತನ್ನ ಪ್ರತಿರೂಪವನ್ನು?

★★★

ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ

ಓದುಗರೇ,

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಲೇಖನದಲ್ಲಿ ಇದೇನು ಪುರಾಣ ಶ್ರವಣ ಎಂದು ಆಶ್ಚರ್ಯ ಪಡಬೇಡಿ. ಇತ್ತೀಚಿಗೆ ವಿಶ್ವಮಟ್ಟದಲ್ಲಿ 'ಡಾಲಿ' ಎಂಬ ಕುರಿಯು ಎಬ್ಬಿಸಿರುವ ಮಹಾನ್ ವಿವಾದವನ್ನು ನೀವು ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಓದಿರಬಹುದು. ಆ ಡಾಲಿಯ ಕಥೆಯನ್ನು ನೀವು ಸುಲಭವಾಗಿ ತಿಳಿಯಲಿ ಎಂಬ ಕಾರಣದಿಂದ ನಿಮಗೆಲ್ಲ ಪರಿಚಿತವಾಗಿರುವ ನಮ್ಮ ಪುರಾಣಗಳಿಂದ ಮೂರು ಉದಾಹರಣೆಗಳನ್ನು ನಿಮ್ಮ ಮುಂದಿಟ್ಟಿದ್ದೇನೆ.

★★★

ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ CLONE ಎಂಬ ಒಂದು ಶಬ್ದವಿದೆ. ಇದರ ಮೂಲ KLONE ಎಂಬ ಗ್ರೀಕ್ ಶಬ್ದ.

ನಿಮಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿದ ಹಾಗೆ ಗುಲಾಬಿ ಗಿಡ ಬೀಜಗಳಿಂದ ಹುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ. ತಾಯಿ ಗಿಡದ ಕೊಂಬೆಯೊಂದನ್ನು ಕಡಿದು ಹಲವು ತುಂಡುಗಳನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ, ಒಂದೊಂದು ತುಂಡನ್ನು ನೆಟ್ಟು, ಸೂಕ್ತ ಆರೈಕೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅವೆಲ್ಲ ಗುಲಾಬಿ ಗಿಡಗಳಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತವೆ. ಅವುಗಳ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳೆಲ್ಲ ತಾಯಿ ಗಿಡದಂತೆಯೇ ಇರುತ್ತವೆ.

ಈ ಸಂತಾನವರ್ಧನೆಯಲ್ಲಿ ಬೀಜದ ಪಾತ್ರವಿಲ್ಲ. ಬೀಜವಿಲ್ಲದೆ ನಡೆಯುವ ಈ ಪುನರುತ್ಪಾದನೆಯನ್ನು ' ಅಬೀಜ ಸಂತಾನ ವರ್ಧನೆ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ರೀತಿ ಹುಟ್ಟಿದ ಗಿಡಗಳನ್ನು 'ಅಬೀಜಜ'' ಬೀಜವಿಲ್ಲದೆ ಹುಟ್ಟಿದಂತಹವು ಎಂದು ಹೇಳಬಹುದು.



ಇಂತಹ ಅಬೀಜ ಸಂತಾನವರ್ಧನೆ ಪ್ರಾಣಿಗಳಲ್ಲಿಯೂ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಹೈಡ್ರಾ ಎಂಬ ಜೀವಿಯನ್ನು ನೂರು ತುಂಡುಗಳನ್ನಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿದರೆ, ಒಂದೊಂದು ತುಂಡು ಒಂದೊಂದು ಹೊಸ ಹೈಡ್ರಾವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆಯೇ 'ಪ್ಲನೇರಿಯ' ಎಂಬ ಚಪ್ಪಟೆ ಹುಳುವೂ ಸಹ ಸಂತಾನ ವರ್ಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬಲ್ಲದು. ವಯಸ್ಕ ಕಪ್ಪೆಯ ದೇಹದಿಂದ ಸಾವಿರ ಕೆಂಪು ರಕ್ತಕಣಗಳನ್ನು ತೆಗೆದು, ಒಂದೊಂದು ಕಣದಿಂದ



ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂ[illegible]ದ್ಯಾಂತವಲ್ಲೆಬ್ಬಿಸಿದ ಕುರಿಮರಿಯ ಯಶಸ್ವಿ ನಕತೀಕರಣ

ಒಂದೊಂದು ಗೋದವೊಟ್ಟೆಯನ್ನು ಸೃಜಿಸಬಹುದು. ಪೌರಾಣಿಕ ರಕ್ತಬೀಜಾಸುರನಂತೆ!

ಅಬೀಜ ಸಂತಾನವರ್ಧನೆಯಲ್ಲಿ 'ಪ್ರತಿರೂಪ' ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಹುಟ್ಟಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಅಂದರೆ ಒಂದು ರೀತಿ ಜೆರಾಕ್ಸ್ ಕಾಪಿಗಳನ್ನು ತೆಗೆದಂತೆ! 'ನಕಲೀಕರಣ' ಎಂದೂ ಕರೆಯಬಹುದು ಇದನ್ನು. ಹಾಗಾಗಿ ಇಂಗ್ಲಿಷಿನಲ್ಲಿ CLONE ನನ್ನು 'ನಕಲು' ಎಂದು CLONING ನನ್ನು 'ನಕಲೀಕರಣ' ಎಂದೂ ಹೇಳಬಹುದು.

★★★

ಜೀವ ವಿಕಾಸದ ಆರಂಭದಲ್ಲಿ ಅಬೀಜ ಸಂತಾನ ವರ್ಧನೆಯು ಸಸ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ಪ್ರಾಣಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದಿತು. ಆದರೆ ವಿಕಾಸ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ಸಂಕೀರ್ಣ ಜೀವಿಯನ್ನು ಸೃಜಿಸಲು, ಸಮಗ್ರಜೀವಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಪ್ರಕೃತಿಯು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂತಾನ ವರ್ಧನೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿತು.

ಜೀವಗಳಲ್ಲಿ ಗಂಡು ಹೆಣ್ಣು ರೂಪುಗೊಂಡವು. ಇವುಗಳ ಮಿಲನದಿಂದ ಹೊಸ ಜೀವ ಹುಟ್ಟಲಾರಂಭಿಸಿತು. ಈ ವಿಷಯ ನಿಮಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿದಿರುವಂತಹದ್ದೆ!

ಈಗ ಸುದ್ದಿಯ ಕೇಂದ್ರವಾಗಿರುವ ಡಾಲಿ ಎಂಬ ಕುರಿಮರಿಯು ಲೈಂಗಿಕ ಸಂತಾನವರ್ಧನೆಯ ಮೂಲಕ ಹುಟ್ಟಲಿಲ್ಲ. ಬದಲಾಗಿ ಜೀವ ವಿಕಾಸ ''ತೊರೆದ'' ಹಳೆಯ ವಿಧಾನ, ಅಬೀಜ ಜನನದ ಫಲವಾಗಿ ರೂಪುಗೊಂಡಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಈ ಅಬೀಜ ಡಾಲಿಯು, ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಬೋರೇಗೌಡನಿಂದ ಹಿಡಿದು, ಅಮೆರಿಕದ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಕ್ಲಿಂಟನ್‌ವರೆಗೆ ಎಲ್ಲರ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆದಿದೆ.

ಡಾಲಿಯ ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾನವ ಜನಾಂಗಕ್ಕೆ ಬರಲಿರುವ ಮಹಾವಿಪತ್ತಿನ ಮುನ್ಸೂಚನೆ ಎಂದು ಬಹುಪಾಲು ಜನರು ಭಾವಿಸಿದ್ದಾರೆ. ಡಾಲಿಗಳಂತಹ ಜೀವಿಗಳ ಸೃಜನೆಯಾಗಬಾರದು ಎಂದು ಬೊಬ್ಬೆ ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಡಾಲಿಯ ಸೃಷ್ಟಿಕರ್ತರಿಗೆ ಹಿಡಿ ಹಿಡಿ ಶಾಪ ಹಾಕುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಏಕೆ ?......ಏಕೆ ಇಷ್ಟು ಭೀತಿ ? 'ನಕಲೀಕರಣ' ಪರಿಪೂರ್ಣ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ, ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಬಳಕೆಗೆ ಬಂದರೆ ಏನು ತೊಂದರೆ ? ಎಂದು ನೀವು ಪ್ರಶ್ನಿಸಬಹುದು. ಒಂದು ಕ್ಷಣ ತಡೆಯಿರಿ. ಮುಂದೆ ಓದಿ......

ನಕಲೀಕರಣ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲೊಂದು ವಿಹಾರ

★ ಸಾಕ್ರೆಟೀಸ್ ಪ್ರಖ್ಯಾತ ಗ್ರೀಕ್ ತತ್ವಜ್ಞಾನಿ. ಅವನ ಪಟ್ಟ ಶಿಷ್ಯ ಪ್ಲೇಟೋ. ಗುರುವಿನಷ್ಟೆ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾದವನು. ಪ್ಲೇಟೋ ಒಂದು ಕನಸನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದ. ''ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರೂ ಬುದ್ಧಿವಂತರಿರಬೇಕು, ದಡ್ಡರು ಇರಲೇಬಾರದು, ಕೇವಲ ಬುದ್ಧಿವಂತರು ಮಾತ್ರ ಹುಟ್ಟಬೇಕು ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಬುದ್ಧಿವಂತ ಹೆಣ್ಣು-ಗಂಡುಗಳ ನಡುವೆ ಲೈಂಗಿಕ ಕ್ರಿಯೆ ನಡೆಯಬೇಕು. ಆಗ ಅವರಿಗೆ ಬುದ್ಧಿವಂತ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತಾರೆ. ಆಗ ಒಂದು ಆದರ್ಶ ಸಾಮ್ರಾಜ್ಯವನ್ನು ಕಟ್ಟಬಹುದು'' ಎಂದು ಹೇಳಿದ. (ಬಹುಶಃ ಪಂಡಿತ ಪುತ್ರರು ಶುದ್ಧ ಶುಂಠರು ಎಂಬ ನಮ್ಮ ಗಾದೆ ಮಾತು ಅವನಿಗೆ ತಿಳಿದಿರಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ)

ಗಂಡ ಹೆಂಡತಿ, ಮಕ್ಕಳು ಮರಿ, ಸಂಸಾರ, ವಂಶ, ಬುಡಕಟ್ಟು, ಜನಾಂಗ ಇತ್ಯಾದಿಗಳನ್ನೆಲ್ಲ ಸಂಪೂರ್ಣವಾಗಿ ನಾಮಾವಶೇಷ ಮಾಡುವ ಪ್ಲೇಟೋವಿನ ಕನಸು ಕಾಗದದ ಮೇಲೆ ಮಾತ್ರ ಉಳಿಯಿತು.

★ ಹಿಟ್ಲರ್, ಈ ಭೂಮಿ ಕಂಡ ಕುಖ್ಯಾತ ಸರ್ವಾಧಿಕಾರಿ. ಇವನೂ ಒಂದು ಕನಸನ್ನು ಕಂಡಿದ್ದ. ಇವನ ದೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಆರ್ಯರು ಸರ್ವಶ್ರೇಷ್ಠರು, ಅವರು ಮಾತ್ರ ಬದುಕಲು ಅರ್ಹರು. ಹಾಗಾಗಿ ಇಡೀ ಜಗತ್ತು ಬೆಳ್ಳಗೆ, ಎತ್ತರಕ್ಕೆ, ನೀಲ ಕಂಗಳ ಸ್ಫುರದ್ರೂಪಿ ಆರ್ಯರಿಂದ ಮಾತ್ರ ತುಂಬಿರಬೇಕು ಎಂದು ನಿಶ್ಚಯಿಸಿದ. ತನ್ನ ಸುತ್ತ ಮುತ್ತಲಿದ್ದ ಯಹೂದಿಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಇತರ ಅನಾರ್ಯರನ್ನು ಯೋಜನಾಬದ್ಧವಾಗಿ ಮಾರಣ ಹೋಮ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿದ. ಇದರ ಫಲವಾಗಿ ವಿಶ್ವದ ಎರಡನೆಯ ಮಹಾಯುದ್ಧ ಆರಂಭವಾಯಿತು. ಇದರಲ್ಲಿ ಹಿಟ್ಲರ್ ಸೋತು ಆತ್ಮಹತ್ಯೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಕಥೆ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ.

ಪ್ಲೇಟೋ ನಿರ್ಮಿಸಬಯಸಿದುದು ಸುಸಂತತಿ. ಹಿಟ್ಲರ್ ರೂಪಿಸಬಯಸಿದುದೂ ಸುಸಂತತಿ. ಹೀಗೆ ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಸಂತತಿಯನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ನೆರವಾಗುವ ವಿಜ್ಞಾನ ವಿಭಾಗವನ್ನು ಸುಸಂತತಿ ಶಾಸ್ತ್ರ (ಯೂಜೆನಿಕ್ಸ್) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

★ ಆಲ್ಡಸ್ ಹಕ್ಸಲೇ ಎಂಬ ವಿಜ್ಞಾನಿಯು

'ಬ್ರೇವ್ ನ್ಯೂವರ್ಲ್ಡ್' ಎಂಬ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಕಾದಂಬರಿಯನ್ನು ಬರೆದನು. ಈ ಕಾದಂಬರಿಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಎರಡು ವರ್ಗಗಳು. ಆಲ್ಫಾ ಮತ್ತು ಬೀಟ ಎಂಬುವವು ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳು. ಗ್ಯಾಮ, ಡೆಲ್ಟ, ಎಪ್ಸಿಲಾನ್‌ಗಳೆಲ್ಲ ಶ್ರಮ ಜೀವಿಗಳು. ಈ ಬುದ್ಧಿ ಜೀವಿಗಳು ನಕಲೀಕರಣದಿಂದ ಕೇವಲ ಶ್ರಮ ಜೀವಿಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಸೃಜಿಸುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ. ಅವರೆಲ್ಲಿ ಕಷ್ಟಪಡಬೇಕು, ದುಡಿಯಬೇಕು, ಆದರೆ ಫಲವನ್ನು ಕುಳಿತೆಡೆಯಲ್ಲಿ ಬಿರಿಯುವಂತೆ ಭೋಗಿಸಬೇಕು - ಆಲ್ಫಾ ಬೀಟಗಳಂತಹ ಬೆರಳೆಣಿಕೆಯ ಜೀವಿಗಳು.

★ ಬೆನ್ ಬೋವರ್ ೧೯೭೬ರಲ್ಲಿ 'ಮಲ್ಟಿಪಲ್ ಮ್ಯಾನ್' ಎಂಬ ಕಾದಂಬರಿಯನ್ನು ಬರೆದ. ಈ ಕಾದಂಬರಿಯಲ್ಲಿ ಕುತಂತ್ರಿಗಳು ಅಮೆರಿಕ ಅಧ್ಯಕ್ಷರನ್ನೇ ನಕಲೀಕರಣಕ್ಕೆ ಒಳಪಡಿಸುತ್ತಾರೆ. ಒಂದು ದಿವಸ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ನೋಡಿದರೂ ಅಮೆರಿಕದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರ ಹೆಣಗಳೇ ಹೆಣಗಳು!...

ಅಂದರೆ ವೈಟ್ ಹೌಸಿನ ಓವಲ್ ಆಫೀಸಿನಲ್ಲಿ ಕುಳಿತಿರುವವ ನಿಜವಾದ ಅಧ್ಯಕ್ಷನೋ ಅಥವಾ ನಕಲಿ ಅಧ್ಯಕ್ಷನೋ?

★ ಇರಾ ಲೆವಿನ್ ೧೯೭೬ರಲ್ಲಿ 'ದಿ ಬಾಯ್ಸ್ ಫ್ರಂ ಬ್ರೆಜಿಲ್' ಎಂಬ ಕಾದಂಬರಿಯನ್ನು ಬರೆದಳು. ಇದರಲ್ಲಿನ ''ಹುಡುಗರು'' ನವನಾಜೀ ಪ್ರವರ್ತಕರು. ಇವರು ಹಿಟ್ಲರ್‌ನನ್ನು ನಕಲೀಕರಣಕ್ಕೊಳಪಡಿಸಿ ಹಲವಾರು ಹಿಟ್ಲರ್‌ಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತಾರೆ. ಕಾದಂಬರಿಯಲ್ಲಿ ಈ ಪ್ರಯೋಗ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ವಿಧ್ವಂಸಕ್ಕೊಳಗಾಗತ್ತದೆ. ಇದು ನಿಜಕ್ಕೂ ಸಂಭವಿಸುವುದಾದರೆ......

★ ಚಾರ್ಲ್ಸ್ ಎರಿಕ್ ಮೇಯನ್ಸ್ ೧೯೫೮ರಲ್ಲಿ ವರ್ಲ್ಡ್ ವಿಥೌಟ್ ಮೆನ್ ಎಂಬ ಕಾದಂಬರಿಯನ್ನು ಬರೆದನು. ಇಲ್ಲಿ ಪುರುಷರೇ ಇಲ್ಲ. ಇಡೀ ಪ್ರಮೀಳ ಜಗತ್ತು! ಇಂತಹ ರಾಜ್ಯ ಇತ್ತು ಎಂಬ ಮಾತು ಮಹಾಭಾರತದಲ್ಲಿ ಬರುತ್ತದೆ. ಅಮೆಜಾನ್ ಪ್ರದೇಶದಲ್ಲೂ ಇಂತಹ ಹೆಂಗಸರ ರಾಜ್ಯ ಇತ್ತು ಎಂಬುದನ್ನು ಇತಿಹಾಸದಲ್ಲಿ ಓದಿದ್ದೇವೆ. ಈ ಕಾದಂಬರಿಯಲ್ಲಿ ಸಂತಾನವರ್ಧನೆಗೆ ಗಂಡಸಿನ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಬೇಕಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ನಕಲೀಕರಣದಿಂದ ಕೇವಲ ಹೆಂಗಸರನ್ನೇ ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡುತ್ತಾ ಹೋಗುತ್ತಾರೆ...

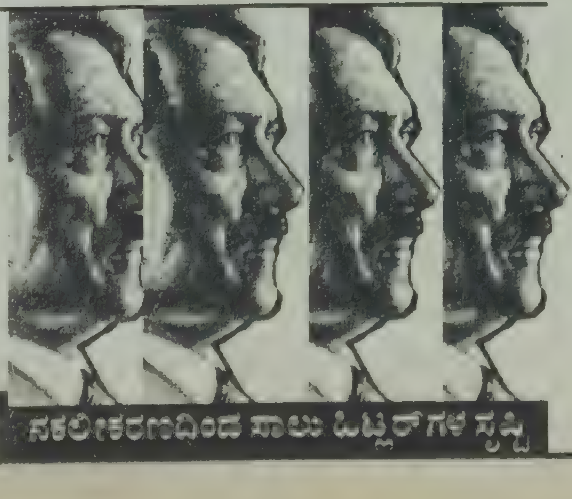
★ ಫೇ ವೆಲ್ಡನ್ ಬರೆದ ' ದಿ ಕ್ಲೋನಿಂಗ್ ಆಫ್ ಜೋ ಆನ ಮೇ' ನಲ್ಲಿ ನಾಯಕಿಯು ಜಗಳಗಂಟಿ. ನಾಯಕ ಅವಳ 'ಅವಳಿ-ಜವಳಿ' ಯನ್ನು ನಕಲೀಕರಣದಿಂದ ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಸೃಜಿಸುತ್ತಾನೆ. ನಂತರ ಅವಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸುತ್ತಾನೆ.

★ ದಂಪತಿಗಳಿಬ್ಬರು ನಕಲೀಕರಣದಿಂದ ಎರಡು ಭ್ರೂಣಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿದರು. ಒಂದನ್ನು ಮಗುವಾಗಿಸಿದರು, ಮತ್ತೊಂದನ್ನು ದ್ರವ ಸಾರಜನಕದಲ್ಲಿ ಶೈತ್ಯೀಕರಿಸಿ ಇಟ್ಟಿದ್ದರು. ಮೊದಲ ಮಗುವಿಗೆ ೧೦ ವರ್ಷಗಳ ವಯಸ್ಸಾಯಿತು, ಆಗ ಅವಳಿಗೆ ರಕ್ತದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬಂದಿತು. ರಕ್ತದ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಚಿಕಿತ್ಸೆಯಲ್ಲಿ ಅಸ್ಥಿಮಜ್ಜೆಯ ವರ್ಗಾವಣೆ ಎನ್ನುವುದಿದೆ. ಇತರರ ದೇಹದಿಂದ ತೆಗೆದ ಮಜ್ಜೆ ಊರ್ಜಿತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಆಗ ಹೆತ್ತವರು ದ್ರವ ಸಾರಜನಕ ಶೀತಲಗೊಂಡಿದ್ದ ಎರಡನೆಯ ಭ್ರೂಣವನ್ನು ಹೊರತೆಗೆದರು. ತಾಯಿ ಗರ್ಭ ಧರಿಸಿದಳು. ಬೆಳೆದ ಭ್ರೂಣವನ್ನು ಗರ್ಭಪಾತ ಮಾಡಿದರು. ಭ್ರೂಣದ ಅಸ್ಥಿ ಮಜ್ಜೆಯನ್ನು ತೆಗೆದು ಮೊದಲ ಮಗುವಿಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದರು. ಎರಡೂ ಮಕ್ಕಳೂ ಒಂದರ ಪ್ರತಿರೂಪ ಮತ್ತೊಂದಾಗಿದ್ದ ಕಾರಣ, ಆ ಎರಡೂ ಮಕ್ಕಳ ತಳಿವಿನ್ಯಾಸ ಒಂದೇ ಆಗಿದ್ದ ಕಾರಣ ಮಜ್ಜೆಯ ಕಸಿಯು ಊರ್ಜಿತವಾಯಿತು. ಇದು ವಾಸ್ತವದಲ್ಲಿ ನಡೆದಿದೆ.

ಅಂದರೆ.....ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಈ ನಕಲೀಕರಣ ಮಾನವ ದೇಹದ ಬಿಡಿಭಾಗಗಳನ್ನು ಮಾರಾಟ ಮಾಡುವ ಅಂಗಡಿಗಳ ಆರಂಭವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದೆ?

★ ಅಂತಹ ಬಿಡಿಭಾಗಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸಲು, ಇಂದು ಹಾಲಿಗಾಗಿ, ಮಾಂಸಕ್ಕಾಗಿ ಕುರಿ, ಕೋಳಿ, ಹಂದಿಗಳ ಫಾರ್ಮ್‌ಗಳನ್ನು ನಡೆಸುತ್ತಿರುವಂತೆ, ಮಕ್ಕಳ ಫಾರ್ಮನ್ನು ಆರಂಭಿಸಬೇಕಾಗಬಹುದೆ?

★ ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ದಡ್ಡ ಮಕ್ಕಳು, ಕುರೂಪಿ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟದೇ ಹೋಗಬಹುದು. ಆಸ್ಪತ್ರೆಯೆಂಬ ಅಂಗಡಿಗೆ ಹೋದರೆ ಅವರು ಮಕ್ಕಳ ಒಂದು ಆಲ್ಬಂ ಕೊಡುತ್ತಾರೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಮಕ್ಕಳ ಚಿತ್ರವಿರುತ್ತದೆ, ಅವರು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯ ವಿವರಗಳಿರುತ್ತದೆ, ಅವರು ರೋಗರಹಿತರಾಗಿರುವ ಪುರಾವೆಯಿರುತ್ತದೆ. ನಿಮಗೆ ಬೇಕೆನಿಸಿದ ಮಗುವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿ, ದ್ರವಸಾರಜನಕದಲ್ಲಿ ಆ ಮಗುವಿನ ಪ್ರತಿರೂಪವಿರುತ್ತದೆ, ಅದನ್ನು ತಂದು ನಿಮ್ಮ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾಟಿಸಿದರೆ ಆಯಿತು



ನಕಲೀಕರಣದಿಂದ ನಾಲು ಹಿಟ್ಲರ್‌ಗಳ ಸೃಷ್ಟಿ

!.....ನಿಮ್ಮ ಕನಸಿನ ಮಗು ಒಂಭತ್ತು ತಿಂಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಮಡಿಲಿನಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.

★ ಮುತ್ತಜ್ಜ ಮುತ್ತಜ್ಜಿಯರು ನಕಲೀಕರಣದಿಂದ ಹಲವು ಭ್ರೂಣಗಳನ್ನು ಸಂರಕ್ಷಿಸಿದ್ದರೆಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಮೊಮ್ಮಗಳು ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದನ್ನು ಬಳಸಿ ತನ್ನ ಚಿಕ್ಕ ಅಜ್ಜನನ್ನೊ ಅಥವಾ ಇದೇ ತಂತ್ರದಿಂದ ತನ್ನ ಚಿಕ್ಕಪ್ಪನನ್ನೋ, ತನ್ನ ಚಿಕ್ಕಮ್ಮನನ್ನೋ ಹೆರಬಹುದು. ಹಾಗೆಯೇ ತನ್ನ ತಮ್ಮ ತಂಗಿಯರನ್ನೂ ಹೆರಬಹುದು. ಇವೆಲ್ಲ ಕಥೆಗಳಲ್ಲ. ಇಂತಹ ಅಪರೂಪ ಪ್ರಸಂಗಗಳು ನಡೆದಿವೆ, ಮನುಷ್ಯ ಸಂಬಂಧಗಳು ಗೋಜಲಾಗುತ್ತವೆ, ಕೊನೆಗೆ ಸಂಬಂಧಗಳೇ ಇರದ ಕಾಲವೇ ಬರಬಹುದು. ಅಲ್ಲವೇ....

★ ಇವೆಲ್ಲಕ್ಕಿಂತಲೂ ಭೀಕರವಾದದ್ದು ಜುರಾಸಿಕ್ ಪಾರ್ಕ್? ಡೈನಾಸಾರಸ್‌ಗಳು ಇದ್ದ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸೊಳ್ಳೆಗಳೂ ಇದ್ದವು. ಸೊಳ್ಳೆಗಳು ಡೈನಾಸಾರಸ್‌ಗಳ ರಕ್ತವನ್ನು ಕುಡಿಯುತ್ತಿದ್ದವು. ಹೀಗೆ ಕುಡಿದ ಸೊಳ್ಳೆಯೊಂದು ರಾಳದಲ್ಲಿ ಬಂಧಿತವಾಗಿ ಸತ್ತಿತು. ಇದು ಕೆಡದೆ, ಕೊಳೆಯದೆ ಇಂದಿನವರೆಗೂ ಉಳಿದು ಬಂದಿತು. ಇಂದಿನ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸೊಳ್ಳೆಯ ದೇಹದಲ್ಲಿದ್ದ, ಡೈನಾಸಾರಸಿನ ರಕ್ತಕಣಗಳನ್ನು ಹೊರತೆಗೆದರು. ಅದರ ತಳಿಸೂತ್ರಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ, ನಕಲೀಕರಣದಿಂದ ಹೊಸದಾಗಿ ಡೈನಾಸಾರ್‌ಗಳನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಿದರು. ಹೀಗೆಂದು ಸಾಗುತ್ತದೆ ಸ್ಟೀವನ್ ಸ್ಪೀಲ್ ಬರ್ಗ್‌ನ ಜುರಾಸಿಕ್ ಪಾರ್ಕ್ ಎಂಬ ಚಲನಚಿತ್ರದ ಕಥೆ!

ಸೈಬೀರಿಯದ ಮಂಜಿನಲ್ಲಿ ಸಹಸ್ರಮಾನಗಳ ಹಿಂದೆ ಹೂತುಹೋಗಿದ್ದ ಕೆಲವು ಹುಳುಗಳನ್ನು ಕ್ರಮಬದ್ಧವಾಗಿ 'ಬಿಸಿ' ಮಾಡಿ ಕೋಣೆಯ ಉಷ್ಣತೆಗೆ ತಂದಾಗ, ಅವುಗಳಿಗೆ ಜೀವ ಮರಳಿ ಬಂದಿತಂತೆ!

ಹಾಗೆಯೇ ಸೈಬೀರಿಯದ ಮಂಜಿನಲ್ಲಿ ಹೂತುಹೋಗಿದ್ದ ಬೇಟೆಗಾರನೊಬ್ಬನ ಶವ ದೊರೆತಿದೆ. ಅವನ ವೃಷಣಗಳಲ್ಲಿರುವ ಶುಕ್ರಾಣುಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ಆ ಕಾಡು ಮನುಷ್ಯನ ಸಂತಾನವನ್ನು ಮತ್ತೆ ಸೃಜಿಸುವಂತಾದರೆ....

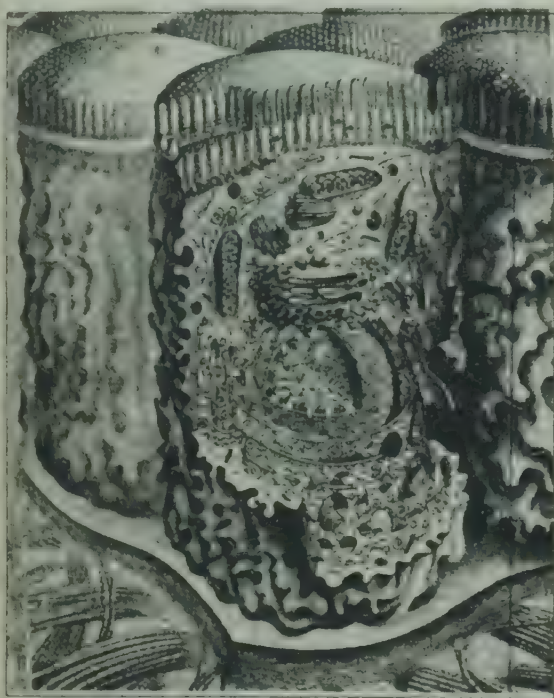
★ ಹೀಗೆ... ಅನೇಕ ರೇ.....ಗಳ ರಾಜ್ಯ ನಕಲೀಕರಣದಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ನಕಲೀಕರಣದ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ನಡೆಯಬಾರದು. ಸಾರ್ವತ್ರಿಕ ಬಳಕೆಗೆ ಎಂದೆಂದೂ ಬರಬಾರದು ಎಂದು ವಿಶ್ವದ ಬಹುಪಾಲು ದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಕೂಗೆದ್ದಿದೆ.

★ ★ ★

ಈ ನಕಲೀ ಕರಣವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ?

ಇದುವರೆಗೂ ನಕಲೀಕರಣದ ಬಗ್ಗೆ ಓದಿದಿರಿ. ನಿಮಗೆ ಅರ್ಥವಾಗಿದೆ ಎಂದೇ ನನ್ನ ಭಾವನೆ. ಆದರೂ ಸಹ, ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈ ನಕಲೀ ಕರಣವನ್ನು ಹೇಗೆ ಮಾಡುತ್ತಾರೆ ? ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಕುತೂಹಲ ಉಳಿದಿದೆ. ಅಲ್ಲವೆ ?.... ಈ ಬಗ್ಗೆ ಮೂಲಭೂತ ಮಾಹಿತಿ ಯೊಡನೆ ವಿವರಿಸಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತೇನೆ.

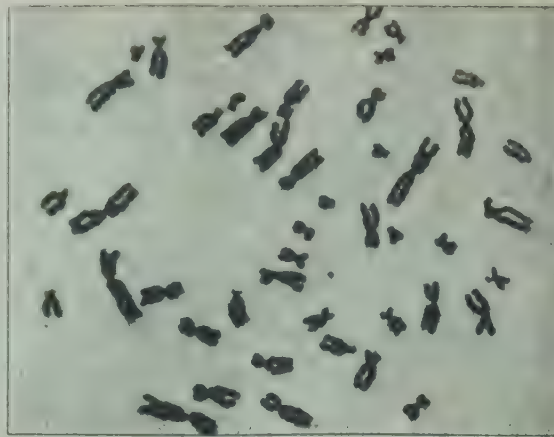
ನಮ್ಮ ದೇಹ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಒಂದು ಕಟ್ಟಡ ಎಂದು ಭಾವಿಸೋಣ. ಈ ಕಟ್ಟಡದಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ೫೦,೦೦೦,೦೦೦,೦೦೦,೦೦೦ ಇಟ್ಟಿಗೆಗಳಿವೆ! ಈ ಇಟ್ಟಿಗೆಗಳೇ ಜೀವಕೋಶಗಳು.



ಮಾನವ ಜೀವಕೋಶದ ಮೂರು ಆಯಾಮಗಳು

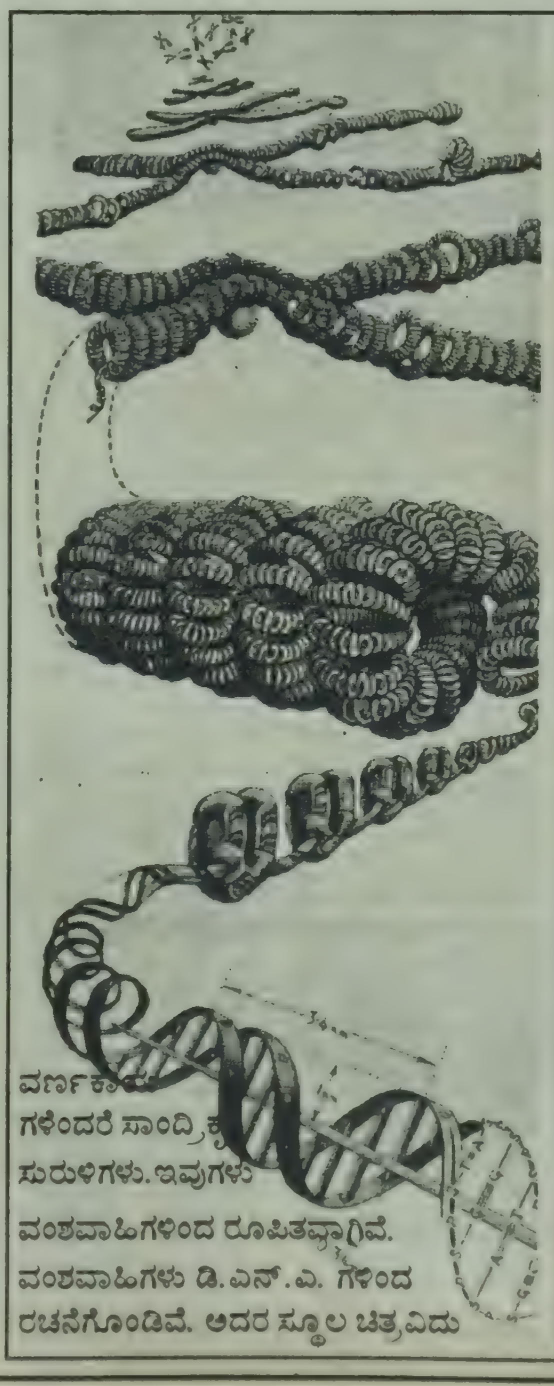
ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜೀವಕೋಶದಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಭಾಗಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಮೊದಲನೆಯದು ಕೋಶದ್ರವ್ಯ ಹಾಗೂ ಅದರಲ್ಲಿ ತೇಲುತ್ತಿರುವ ಕಣಾಂಗಗಳು, ಎರಡನೆಯದು ಬೀಜ. (ನ್ಯೂಕ್ಲಿಯಸ್) ಈ ಬೀಜದಲ್ಲಿ ವರ್ಣಕಾಯಗಳು (ಕ್ರೋಮೋಸೋಮು) ಇರುತ್ತವೆ. ವರ್ಣಕಾಯಗಳೆಂದರೆ ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯನ "ಹಣೆಬರಹಗಳು." ಇವು ಮುತ್ತಿನ ಹಾರದಂತಿರುತ್ತವೆ. ಒಂದೊಂದು ಮುತ್ತನ್ನು ವಂಶವಾಹಿ(ಜೀನ್) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಒಂದೊಂದು ಜೀನು ನಮ್ಮ ಒಂದೊಂದು ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳನ್ನು ನಿರ್ಧರಿಸುತ್ತವೆ. ಮನುಷ್ಯನಲ್ಲಿ ಒಟ್ಟು ೨೩ ಜೊತೆ ವರ್ಣಕಾಯಗಳಿರುತ್ತವೆ. ಈ ಎಲ್ಲ ವರ್ಣಕಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಸುಮಾರು ೧೦ ಲಕ್ಷ ವಂಶವಾಹಿಗಳಿವೆ ಎಂಬುದು ಒಂದು ಅಂದಾಜು.

ನಮ್ಮ ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು



ಮಾನವ ವರ್ಣಕಾಯಗಳ ಚಿತ್ರ

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಎರಡು ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ವಿಂಗಡಿಸಬಹುದು. ಮೊದಲನೆಯದು ಕಾಯಕೋಶ. ಹೆಸರೇ ಸೂಚಿಸುವಂತೆ ಇವು ನಮ್ಮ ದೇಹದ ವಿವಿಧ ಅಂಗಾಂಗಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ. ಎರಡನೆಯದು ಜನನಕೋಶ. ಇವು ಜನನಗ್ರಂಥಿಗಳಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. ಪುರುಷನಲ್ಲಿರುವ ಜನನಗ್ರಂಥಿಯ ಹೆಸರು ವೃಷಣ- ಇದು ವೀರ್ಯಾಣುಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ಸ್ತ್ರೀಯಲ್ಲಿರುವ ಜನನ ಗ್ರಂಥಿ ಅಂಡಾಶಯ-ಇದು ಅಂಡಾಣುಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸುತ್ತದೆ. ವೀರ್ಯಾಣು ಹಾಗೂ ಅಂಡಾಣುಗಳನ್ನು 'ಯುಗ್ಮ' ಎಂದೂ ಕರೆಯುತ್ತಾರೆ.

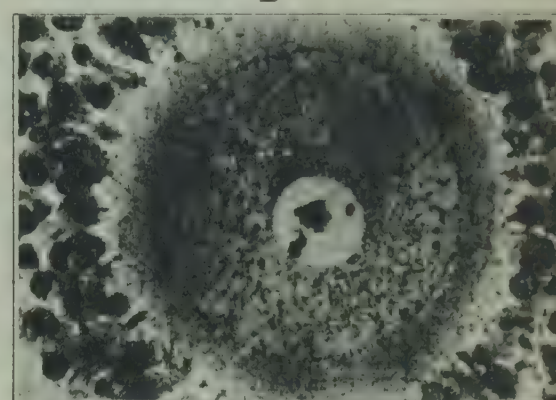


ವರ್ಣಕಾ... ಗಳೆಂದರೆ ಸಾಂದ್ರ... ಸುರುಳಿಗಳು. ಇವುಗಳು ವಂಶವಾಹಿಗಳಿಂದ ರೂಪಿತವಾಗಿವೆ. ವಂಶವಾಹಿಗಳು ಡಿ.ಎನ್.ಎ. ಗಳಿಂದ ರಚನೆಗೊಂಡಿವೆ. ಅದರ ಸ್ಥೂಲ ಚಿತ್ರವಿದು

ಈಗ ಒಂದು ಪ್ರಶ್ನೆ ಉದ್ಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಕಾಯಕೋಶಕ್ಕೂ ಜನನಕೋಶಕ್ಕೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವೇನು ? ಎಂಬುದು. ವ್ಯತ್ಯಾಸವು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅವುಗಳ ವರ್ಣಕಾಯಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯಲ್ಲಿನ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಹಾಗೂ ಅವುಗಳ ಕಾರ್ಯದಲ್ಲಿರುತ್ತದೆ.

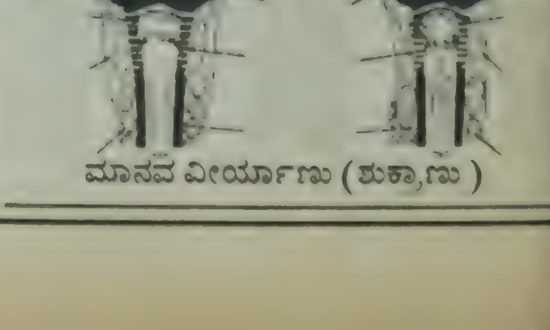
ಕಾಯಕೋಶಗಳಲ್ಲಿ ೨೩ ಜೊತೆ ವರ್ಣಕಾಯಗಳಿವೆ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ೨೩ ತಂದೆಯಿಂದ (ವೀರ್ಯಾಣುವಿನ ಮೂಲಕ) ಬಂದಿದ್ದರೆ, ಉಳಿದ ೨೩ ತಾಯಿಯಿಂದ(ಅಂಡಾಣುವಿನ ಮೂಲಕ) ಬಂದಿರುತ್ತದೆ. ಕಾಯಕೋಶಗಳು ದೇಹದ ಎಲ್ಲ ಅಂಗಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತವೆ.

ಜನನ ಕೋಶಗಳಲ್ಲಿ ೨೩ ಜೊತೆ ವರ್ಣಕಾಯಗಳು ಇರುವುದಿಲ್ಲ, ಕೇವಲ ೨೩ ಮಾತ್ರ ಇರುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ವೀರ್ಯಾಣುವಿನಲ್ಲಿ ೨೩ ವರ್ಣಕಾಯಗಳು, ಅಂಡಾಣುವಿನಲ್ಲಿ ೨೩ ವರ್ಣಕಾಯಗಳು ಇರುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳ ಕೆಲಸ ಹೊಸ ಜೀವಿಯ ಸೃಜನೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಇವೆರಡು ಬೆರೆತಾಗ ೨೩+೨೩=೪೬ ಆಗಿ ಹೊಸ ಜೀವ ಬೆಳೆಯಲಾರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.



ಮಾನವ ಅಂಡಾಣು : ೧೫೦ ಪಟ್ಟು ಹಿಗ್ಗಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಅಂಡಾಶಯದಿಂದ ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವು, ಋತುಚಕ್ರದ ೧೪ನೆಯ ದಿನದಂದು ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ ಅಂಡವಾಹಕ ನಾಳಿಕೆಯನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಅದರ ೧/೩ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕಾಯುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಭೋಗ ನಡೆದು, ವೀರ್ಯ ಚಲನವಾದಾಗ, ಎಲ್ಲ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು



ಮಾನವ ವೀರ್ಯಾಣು (ಶುಕ್ರಾಣು)

ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ತಲುಪಲು 'ಮೆರಥಾನ್' ಓಟವನ್ನು ಆರಂಭಿಸುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ತಲುಪಿದ ಮೊದಲ ವೀರ್ಯಾಣು, ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಭೇದಿಸಿ ಒಳನುಗ್ಗುತ್ತದೆ, ಗರ್ಭ ಕಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಈ ಫಲಿತ ಅಂಡಾಣುವನ್ನು 'ಯುಗ್ಮಜ' (ಜೈಗೋಟ್) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ವಿವರಗಳಿಗೆ, ಇದೇ ಸಂಚಿಕೆಯ ಮಧ್ಯಪುಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾಗಿರುವ ಲೇಖನವನ್ನು ಓದಿ.

★★★

ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ತಲುಪಿದ ವೀರ್ಯಾಣು, ತನ್ನ ಬಾಲವನ್ನು ಹೊರಗೆ ಬಿಟ್ಟು, ಬೀಜವಿರುವ ತಲೆಯ ಭಾಗ ಮಾತ್ರ ಒಳಗೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ. ೨೩ ಜೊತೆ ವರ್ಣಕಾಯಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಇದನ್ನು ಆದಿ ಬೀಜ (ಪ್ರೋನ್ಯೂಕ್ಲಿಯಸ್) ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಪುರುಷ ಆದಿ ಬೀಜವು ಸ್ತ್ರೀಯ ಆದಿ ಬೀಜದೊಡನೆ ಬೆರೆಯುತ್ತದೆ. ಈ ಬೆರೆಯುವಿಕೆಯೇ ಗರ್ಭಕಟ್ಟುವಿಕೆಯ ಆರಂಭ. ಹೀಗೆ ಆದಿ ಬೀಜಗಳು ಬೆರೆತ ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಯುಗ್ಮಜ ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ.

ಈ ಯುಗ್ಮಜವು ಸಮವಿಭಾಜಕ ವಿಭಜನೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸುತ್ತದೆ. (ಮೈಟಾಟಿಕ್ ಡಿವಿಶನ್) ಇದರ ಫಲವಾಗಿ ಯುಗ್ಮಜ ಒಡೆದು ಎರಡು ಕೋಶಗಳಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಎರಡು ಕೋಶಗಳನ್ನು ಜನ್ಯ ಕೋಶಗಳೆಂದು (ಡಾಟರ್ ಸೆಲ್ಸ್) ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಈ ಎರಡು ಕೋಶ ಒಡೆದು ನಾಲ್ಕಾಗಿ, ನಾಲ್ಕು ಎಂಟಾಗಿ, ಎಂಟು ಹದಿನಾರಾಗಿ, ಕೊನೆಗೆ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಒಂದು ಚೆಂಡು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಈ ಚೆಂಡನ್ನು 'ಮೊರುಲ' ಎಂದು ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಇಡೀ ಮೊರುಲವನ್ನು ಜೋನಾ ಪೆಲ್ಯುಸಿಡ ಆವರಿಸಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ.

ಮೊರುಲವನ್ನು ಲಂಬವಾಗಿ ಸೀಳಿ ನೋಡಿದರೆ, ಚೆಂಡಿನಲ್ಲಿರುವ ಜೀವಕೋಶಗಳು ಎರಡು ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಡಕವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಜೀವಕೋಶಗಳ ಒಂದು ಪದರವಿರುತ್ತದೆ. (ಟ್ರೋಫೋಬ್ಲಾಸ್ಟ್) ಈ ಪದರದ ಒಳಗೆ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಚೆಂಡಿರುತ್ತದೆ, ಈ ಚೆಂಡು ಭ್ರೂಣವಾಗುತ್ತದೆ. ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಈ ಭ್ರೂಣಕ್ಕೆ ಟ್ರೋಫೋಬ್ಲಾಸ್ಟ್ ಆಹಾರವನ್ನು ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ.

ಈಗ ಮೊರುಲದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಪೊಳ್ಳು, ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಜೀವಕೋಶಗಳ ಚೆಂಡು ಒಂದು ಅಂಚಿಗೆ ಅಂಟಿರುತ್ತದೆ.

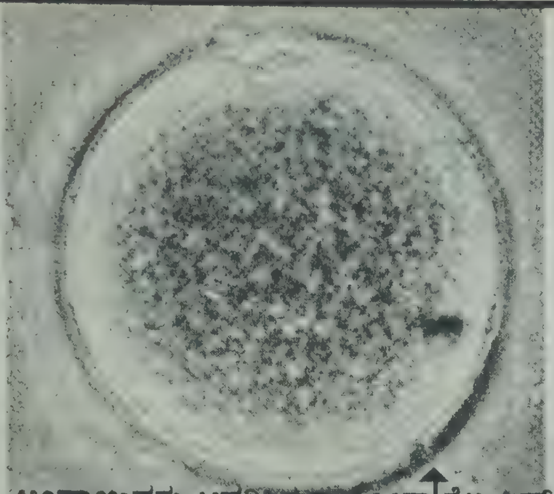
ನಂತರ ಈ ಚೆಂಡಿನಲ್ಲಿ ಭೇದಕರಣ (ಡಿಫರೆನ್‌ಶಿಯೇಶನ್) ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಹೊರಚರ್ಮ, ನಡುಚರ್ಮ ಮತ್ತು ಒಳಚರ್ಮಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ.

ಮುಂದೆ ಹೊರಚರ್ಮದಿಂದ ಮಿದುಳು, ಚರ್ಮ, ಕೂದಲು, ಉಗುರು, ಕಿವಿಯತಮಟೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ನಡುಚರ್ಮದಿಂದ ಮೂಳೆ, ಮೃದ್ವಸ್ಥಿ, ಬಂಧಕ ಅಂಗಾಂಶಗಳು ತಲೆದೋರಿದರೆ ಒಳಚರ್ಮದಿಂದ ಪಾಚನಿಕ ನಾಳದ (ಅಲಿಮೆಂಟರಿ ಕೆನಾಲ್) ಒಳ ಆವರಣ ರಚನೆಯಾಗುತ್ತದೆ. ವಾಯುನಾಳ, ಯಕೃತ್ತು ನಾಳಗಳು, ಪಿತ್ತಕೋಶ, ಮೂತ್ರಾಶಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳೆಲ್ಲವೂ ಸಹ ಒಳಚರ್ಮದಿಂದ ರೂಪುಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ

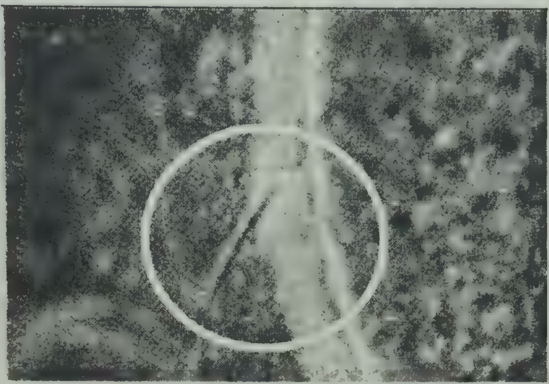
ಓದುಗರೇ,

ನಕಲೀಕರಣದ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಭೇದಕರಣದ ಹಂತ ಬಹಳ ಮುಖ್ಯವಾದದ್ದು ಒಂದು ಸಲ ಮೊರುಲದಲ್ಲಿ ಭೇದಕರಣ ಆರಂಭವಾಯಿತೆಂದರೆ ಜೀವಕೋಶಗಳ ''ಸ್ಪೆಶಲೈಜೇಶನ್'' ಆರಂಭವಾದಂತೆ. ಇಂತಿಂತಹ ಕೋಶ ಇಂತಿಂತಹ ಅಂಗವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಬೇಕು ಎಂದು ನಿರ್ಧಾರವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ.

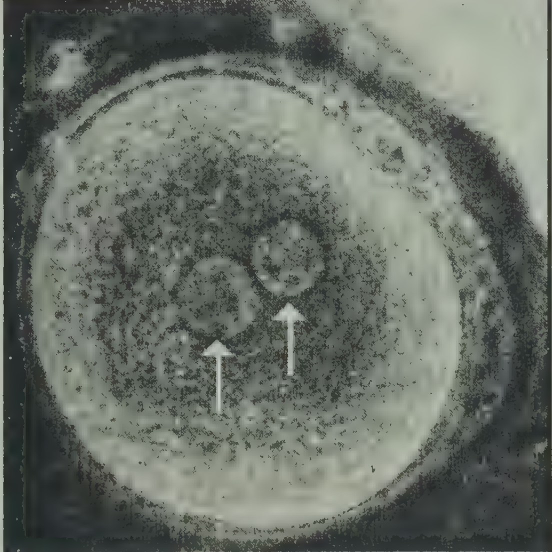
ಉದಾ : ಹೊರಚರ್ಮದಲ್ಲಿರುವ ಒಂದು ಕೋಶ, ಚರ್ಮ ಕಣವಾಗುವುದಾದರೆ, ಆ ಕಣದ ಬೀಜದಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ೨೩ ವರ್ಣ ಕಾಯಗಳಲ್ಲಿನ, ಎಲ್ಲಾ ೧೦ ಲಕ್ಷ ವಂಶವಾಹಿಗಳು ಒಂದು ರೀತಿಯ ' ಗಾಢ ನಿದ್ರೆ 'ಗೆ ಹೋಗಿಬಿಡುತ್ತವೆ ಚರ್ಮವನ್ನು ರೂಪಿಸಲು ಕಾರಣವಾಗುವ ವಂಶವಾಹಿ ಮಾತ್ರ ಜಾಗೃತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಆ ಕೋಶವು ಚರ್ಮಕಣವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತದೆ. ಅದರ ಜನ್ಯಕಣಗಳೆಲ್ಲವೂ ಚರ್ಮ ಕಣಗಳಾಗಿಯೇ ಮುಂದುವರೆಯುತ್ತವೆ. ಚರ್ಮ ಕಣದಲ್ಲಿ ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಗೆ ಒಳಗಾದ ಉಳಿದ ವಂಶವಾಹಿಗಳನ್ನು ''ಮರು ಎಚ್ಚರ'' ಗೊಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ ಎಂದು ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಭಾವಿಸಿದ್ದಾರೆ.



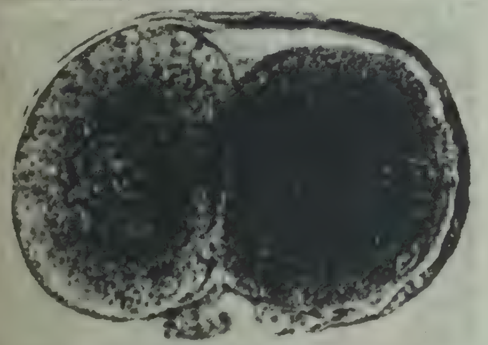
ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಆವರಿಸಿರುವ ಜೋನಾ ಪೆಲ್ಯುಸಿಡ್



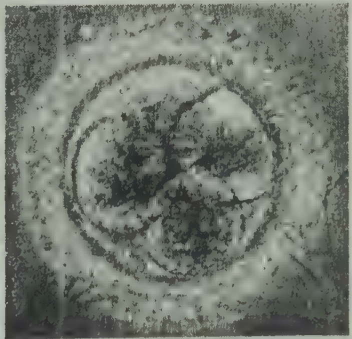
ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಲು ಯತ್ನಿಸುತ್ತಿರುವ ವೀರ್ಯಾಣು; ಬಿಳಿ ದುಂಡು ಗುರುತು ಮಾಡಿದ ಜೋನಾ ಪೆಲ್ಯುಸಿಡ ಹೊರಗೆ ತನ್ನ ಬಾಲವನ್ನು ಆಡಿಸುತ್ತಿದೆ.



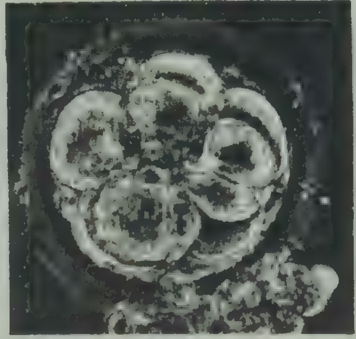
ವೀರ್ಯಾಣು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದೆ. ಎರಡೂ ಕೋಶಗಳ ಆದಿ ಬೀಜಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸಿ. ಇದೇ ಯುಗ್ಮಜ



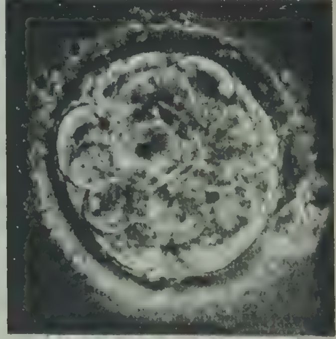
ಯುಗ್ಮಜ ೨ ಕೋಶಗಳ ಭ್ರೂಣವಾಗಿದೆ.



೪ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಹಂತ

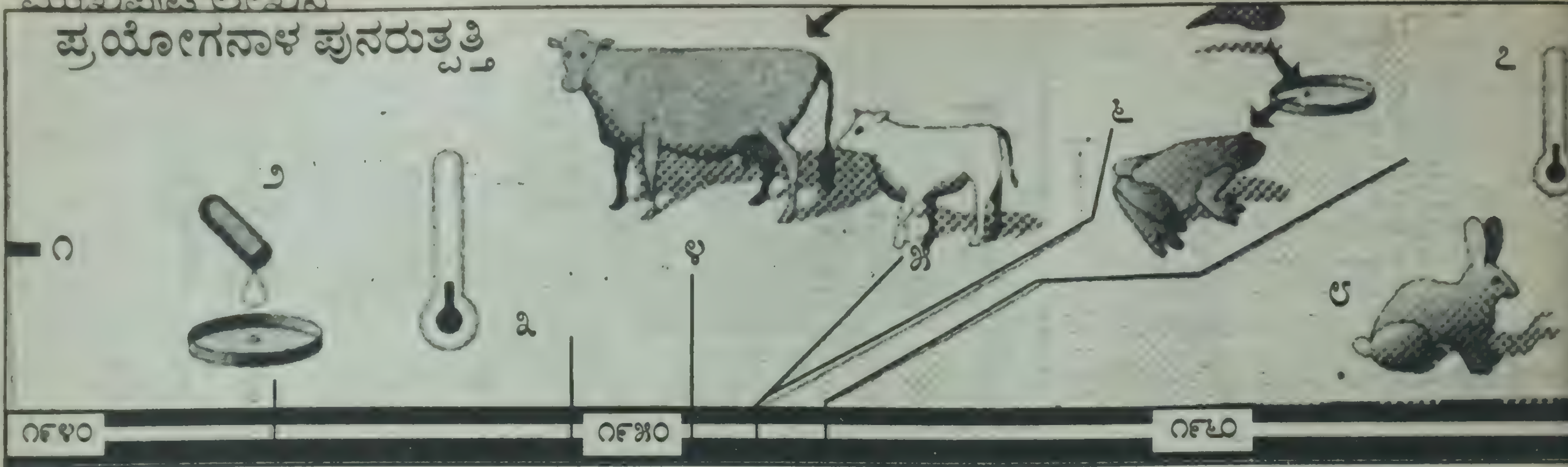


೮ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಹಂತ



೧೬ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಹಂತ

ಪ್ರಯೋಗನಾಳ ಪುನರುತ್ಪತ್ತಿ



೧)೧೭೮೯: ಕೃತಕವೀರ್ಯಧಾರಣೆ (Insemination) ಯಿಂದ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ವರದಿಯಾಯಿತು.

೨)೧೯೪೪: ಅಂತರ್ ಫಲಧಾರಣೆಯ (Invitrofertilisation) ಪ್ರಥಮ ಪ್ರಯತ್ನ.

೩)೧೯೪೯: ವೀರ್ಯಾಣುಗಳನ್ನು ಶೈತ್ಯಾಗಾರದಲ್ಲಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಇಡಲು ಗ್ಲಿಸರಾಲ್ ಬಳಸಬಹುದು ಎಂದು ಸಂಶೋಧಕರು ಕಂಡುಹಿಡಿದರು.

೪)೧೯೫೧: ಒಂದು ಹಸುವಿನ ಭ್ರೂಣವನ್ನು ಇನ್ನೊಂದು ಹಸುವಿಗೆ ಸ್ಥಾನಾಂತರಿಸುವ ಯಶಸ್ವಿ ಪ್ರಯೋಗ.

೫)೧೯೫೨: ಶೈತ್ಯಾಗಾರದಲ್ಲಿನ ವೀರ್ಯಾಣುವಿನಿಂದ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಒಂದು ಕರುವನ್ನು ಉತ್ಪತ್ತಿಮಾಡಲಾಯಿತು.

೬)೧೯೫೨: ಕಪ್ಪೆಮರಿಗಳ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಂದ ಕಪ್ಪೆಯನ್ನೇ ತಯಾರು ಮಾಡಲಾಯಿತು.

೭)೧೯೫೩: ಕೃತಕ ಮಾನವ ವೀರ್ಯಧಾರಣೆಯನ್ನು ಶೈತ್ಯಾಗಾರದ ಸಂಗ್ರಹದಿಂದ ಬಳಸಿ ಪ್ರಯೋಗಿಸಲಾಯಿತು.

೮)೧೯೫೯: ಅಂತರ್ ಫಲಧಾರಣೆಯಿಂದ ಮೊಲಗಳ ಸಂತತಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಸಲಾಯಿತು.

ಆದರೆ......

ಭೇದಕರಣಕ್ಕೆ ಮೊದಲಿನ ೨,೪,೮,೧೬ ಕೋಶಗಳ ಹಂತಗಳಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆಯ ಸಾಮರ್ಥ್ಯ ಏಕರೂಪವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಸ್ಪೆಶಲೈಜೇಶನ್ ಆರಂಭವಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ೧೦ ಲಕ್ಷ ವಂಶವಾಹಿಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಗೆ ಒಳಗಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಎಲ್ಲ ಜಾಗೃತವಾಗಿರುತ್ತವೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಈ ಎಲ್ಲ ೧೦ ಲಕ್ಷ ವಂಶವಾಹಿಗಳು ಒಂದು ಹೊಸ ಜೀವಿಯನ್ನು ಸೃಜಿಸಬಲ್ಲ ಸಾಮರ್ಥ್ಯವನ್ನು ಹೊಂದಿರುತ್ತದೆ.

ಅಂದರೆ......

ಎರಡು ಜೀವಕೋಶಗಳ ಹಂತದಲ್ಲಿ, ಎರಡು ಜೀವಕೋಶಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕಿಸಿ, ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಬೆಳೆಸಿದರೆ.......ಒಂದೊಂದು ಜೀವಕೋಶ ಒಂದೊಂದು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಭ್ರೂಣವಾಗಿ ಬೆಳೆದು ಪರಿಪೂರ್ಣ ಮಗುವಿನ ಜನನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು!

ಕೆಲವೊಮ್ಮೆ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಹೀಗೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾದಾಗ ಸಮರೂಪಿ ಅವಳಿ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ! (ಐಡೆಂಟಿಕಲ್ ಟ್ವಿನ್ಸ್!)

(ಓದುಗರೇ......ಹುಟ್ಟುವ ಎಲ್ಲ ಅವಳಿ ಮಕ್ಕಳು ಸಮರೂಪಿಗಳಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಒಂದೇ ಸಲಕ್ಕೆ ಎರಡು ಅಂಡಾಣುಗಳು ಬಿಡುಗಡೆಯಾಗಿ, ಎರಡು ವೀರ್ಯಾಣುಗಳಿಂದ ಫಲಿತಗೊಂಡು, ಎರಡೂ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ನಾಟಿ ಎರಡು ಮಕ್ಕಳಾಗಿ ಹುಟ್ಟುವುದನ್ನು ಅಸಮರೂಪಿ ಅವಳಿಗಳೆಂದು (ಫ್ರೆಟರ್‌ನಲ್ ಟ್ವಿನ್ಸ್) ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಒಂದೇ ಯುಗ್ಮಜ ಎರಡು ಹೋಳಾಗಿ, ಒಂದೊಂದು ಹೋಳು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಮಗುವಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದೇ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ಅವಳಿ ಮಕ್ಕಳು)

ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸಹಜವಾಗಿ ಸಂಭವಿಸುವ ಭ್ರೂಣಕೋಶಗಳ ಬೇರ್ಪಡೆಯನ್ನು ವೈದ್ಯ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಬೇಕೆಂದೇ ಕೃತಕವಾಗಿ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ, ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಬೆಳೆಸುವುದೇ ನಕಲೀಕರಣದ ತಿರುಳು.

★★★

ನಕಲೀಕರಣದ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಬೆಳೆದು ಬಂದ ದಾರಿಯನ್ನು ಸ್ಥೂಲವಾಗಿ ಅವಲೋಕಿಸೋಣ.

ಬಂಜೆತನ ಒಂದು ಶಾಪ- ಇಷ್ಟು ದಿನಗಳ ವರೆಗೆ. ಈಗ ಅದೊಂದು ಶಾಪವಾಗಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. 'ಪ್ರನಾಳ ಶಿಶು'ವಿನ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಬಂಜೆತನದ ಕಳಂಕವನ್ನು ನಿವಾರಿಸಲು ಸಮರ್ಥವಾಗಿದೆ.

ಸಹಜ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ಹೇಗೆಂದು ನಿಮಗೆ ಗೊತ್ತು. ಸ್ತ್ರೀ-ಪುರುಷರ ಸಂಭೋಗದಿಂದ ಗರ್ಭ ಕಟ್ಟುತ್ತದೆ, ಗರ್ಭ ಬೆಳೆದು ಜನನದಲ್ಲಿ ಪರ್ಯಾವಸಾನವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹಿಂದಿನ ಕಾಲದಲ್ಲಿ, ಯಾವುದೇ ಕಾರಣದಿಂದ ಪುರುಷನಲ್ಲಿ ಸಂತಾನ ಶಕ್ತಿಯಿರದಿದ್ದಲ್ಲಿ 'ನಿಯೋಗ ಪದ್ಧತಿ'ಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು. ನಿಯೋಗ ಪದ್ಧತಿಯಿಂದ ಧೃತರಾಷ್ಟ್ರ, ಪಾಂಡು ಹಾಗೂ ವಿದುರ ಹುಟ್ಟಿದ ಕಥೆ ನಮಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿದಿದೆ.

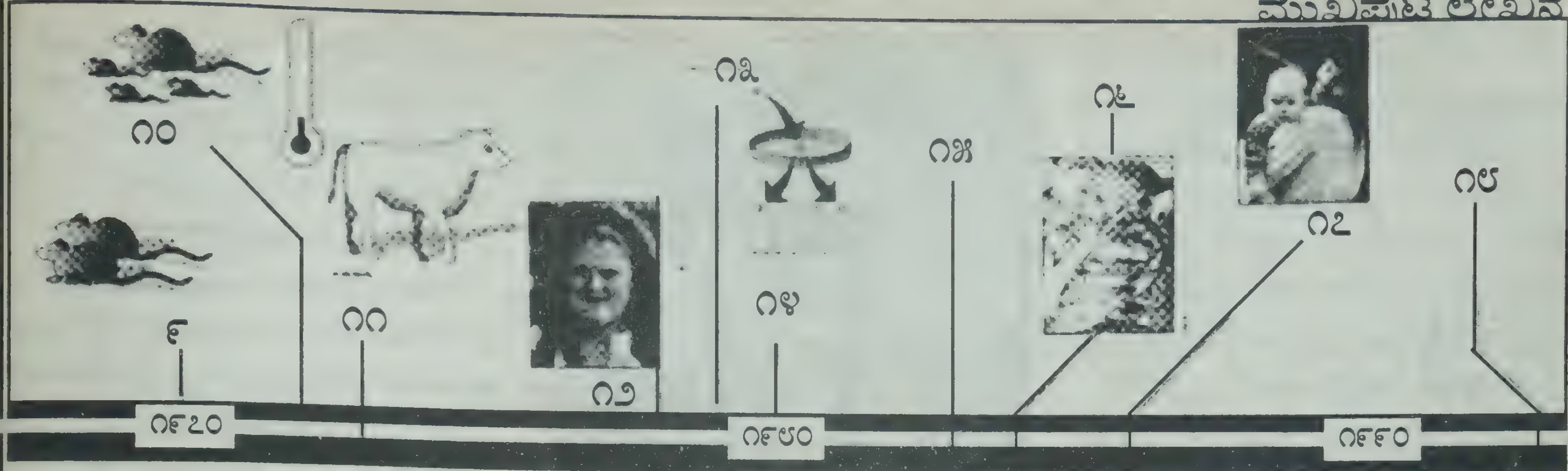
ಪರಪುರುಷನನ್ನು ಕೂಡಿ ಸಂತಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದು, ಒಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಸಹಜವೆನಿಸಬಹುದಾಗಿದ್ದರೂ, ನಂತರ ಅದನ್ನು ಸಮಾಜ ಒಪ್ಪಲಿಲ್ಲ. ಪರಪುರುಷನನ್ನು ನೇರವಾಗಿ ಕೂಡಿ ಸಂತಾನವನ್ನು ಪಡೆಯುವ ಬದಲು, ಪರ ಪುರುಷನ ವೀರ್ಯವನ್ನು ಪಡೆದು ಗರ್ಭ ಧರಿಸುವ ಪ್ರಯೋಗ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ೧೭೮೯ರಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಯಿತು. (ಇಂದಿಗೂ ಸಹ ಕೆಲವು ವಿಶಿಷ್ಟ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ಗಂಡನ ವೀರ್ಯವನ್ನೆ ಬಳಸಿ ಹೀಗೆ ಕೃತಕ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ).

೧೯೪೪ರಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಜೀವಿಯ ದೇಹದಿಂದ ಹೊರಗೆ, ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಗರ್ಭವನ್ನು ಕಟ್ಟುವ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾದೆವು. ಸ್ತ್ರೀಯಿಂದ ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಒಂದು ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿಟ್ಟು, ಅದಕ್ಕೆ ಪುರುಷನ ವೀರ್ಯವನ್ನು ಬೆರೆಸಿದಾಗ, ವೀರ್ಯಾಣು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಭೇದಿಸಿ ಗರ್ಭಕಟ್ಟಿತು.

೧೯೪೯ರಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ 'ಗ್ಲಿಸರಾಲ್' ಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕವನ್ನು ಬಳಸಿ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳನ್ನು ಶೈತ್ಯೀಕರಿಸಿ, ಸಂರಕ್ಷಿಸುವ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ರೂಪಿಸಿದೆವು. ಹಾಗಾಗಿ ಇಂದು ಜಗತ್ತಿನ ಅನೇಕ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯಗಳಲ್ಲಿ ಸಾವಿರಾರು ಬುದ್ಧಿಜೀವಿಗಳ ವೀರ್ಯ ಸುರಕ್ಷಿತವಾಗಿ ಸಂಗ್ರಹದಲ್ಲಿದೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಬಹುಪಾಲು ಜನರು ಮರಣಿಸಿದ್ದರೂ, ಅವರ ವೀರ್ಯ ಮಾತ್ರ ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿದೆ. ಅವಶ್ಯ ಬಿದ್ದಾಗ, ಇದನ್ನು ಬಳಸಿ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

೧೯೫೧ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಭ್ರೂಣ ವರ್ಗಾವಣಾ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ಯಶಸ್ವಿಯಾಯಿತು. ಒಂದು ಹಸುವಿನ ಭ್ರೂಣವನ್ನು ಮತ್ತೊಂದು ಹಸುವಿನ ಗರ್ಭಕೋಶಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿ, ನಾಟಿ, ಬೆಳೆಸಿ, ಪರಿಪೂರ್ಣ ಕರುವಿನ ಜನನಕ್ಕೆ ನೆರವಾಗುವ ಯಶಸ್ವಿ ಪ್ರಯೋಗ ಆ ವರ್ಷ ನಡೆಯಿತು.

೧೯೫೨ರಲ್ಲಿ ಶೀತಲೀಕರಿಸಿಟ್ಟ ವೀರ್ಯ



೯)೧೯೭೦: ಇಲಿಗಳ ಭ್ರೂಣಧಾರಣೆ.

೧೦)೧೯೭೨: ಶೈತ್ಯಾಗಾರದ ಇಲಿಗಳ ಭ್ರೂಣದಿಂದ ಅವುಗಳ ಸಂತತಿ ನಿಯಂತ್ರಣ.

೧೧)೧೯೭೩: ಶೈತ್ಯಾಗಾರದ ಭ್ರೂಣದಿಂದ ಪ್ರಥಮ ಹಸು-ಕರು.

೧೨)೧೯೭೮: ಬ್ರಿಟನ್‌ನಲ್ಲಿ 'ಲೂಯಿಸ್ ಬ್ರೌನ್' ಎಂಬ ಪ್ರಥಮ ಪ್ರನಾಳ ಶಿಶುವಿನ ಜನನ.

೧೩)೧೯೭೯: ಕುರಿಗಳ ಭ್ರೂಣಧಾರಣೆ.

೧೪)೧೯೮೦: ಹಸುವಿನ ಭ್ರೂಣಧಾರಣೆ

೧೫)೧೯೮೩: ಪತಿಯ ವೀರ್ಯಾಣು ಮತ್ತು ದಾನಿಯ ಅಂಡಾಣುಗಳಿಂದ ಗರ್ಭಧರಿಸಿದ ಭ್ರೂಣದಿಂದ ಪತ್ನಿಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಮಗುವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲಾಯಿತು.

೧೬)೧೯೮೪: 'ಝೋ' ಎಂಬ ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯದ ಹುಡುಗಿ ಶೈತ್ಯಾಗಾರದ ಭ್ರೂಣದಿಂದ ಜನಿಸಿದಳು.

೧೭)೧೯೮೬: 'ನ್ಯೂಜರ್ಸಿ' ನಗರವಾಸಿ ಸರೋಗೇಟ್ ಅವರು ತನ್ನ ಮಗಳು 'ಮೇರಿ ಬೆತ್' ಳನ್ನೇ ನ್ಯಾಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ತಿರಸ್ಕರಿಸಿದಳು. ಕಾರಣ ಅವಳಲ್ಲಿ ತನ್ನ ಗುಣಲಕ್ಷಣಗಳು ಇರಲಿಲ್ಲವಂತೆ!

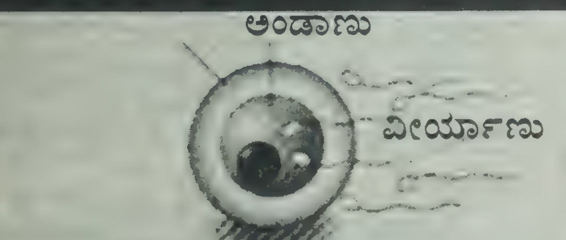
೧೮)೧೯೯೩: ಜಾರ್ಜ್ ವಾಷಿಂಗ್‌ಟನ್ ವಿಶ್ವ ವಿದ್ಯಾಲಯದಲ್ಲಿ ಸಂಶೋಧಕರು ಮಾನವ ಭ್ರೂಣ ಧಾರಣೆಯ ಪ್ರಯೋಗ ಮಾಡಿದರು.

ವನ್ನು ಬಳಸಿ, ಹೊಸ ಜೀವವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಸೃಷ್ಟಿಸಲಾಯಿತು. ಇದನ್ನು ಹಸುಗಳ ಮೇಲೆ ನಡೆಸಲಾಯಿತು.

೧೯೫೨ರಲ್ಲಿ ಗೋದಮೊಟ್ಟೆಯ ಜೀವಕಣಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಕಪ್ಪೆಯನ್ನು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೆಳೆಸಲಾಯಿತು. ಒಂದೇ ತಳಿ ವಿನ್ಯಾಸವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಅನೇಕ ನಕಲು ಕಪ್ಪೆಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾಯಿತು.

೧೯೫೩ ಶೀತಲೀಕರಿಸಿಟ್ಟ ಮಾನವ ವೀರ್ಯವನ್ನು ಕೃತಕ ಗರ್ಭಧಾರಣೆಯಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ಬಾರಿಗೆ ಬಳಸಿದ ವರ್ಷ. ಈ ಪ್ರಯೋಗ ದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭ ಕಟ್ಟಿ ಮಗುವು ಆರೋಗ್ಯಕರವಾಗಿ ಜನಿಸಿತು.

ಭ್ರೂಣಗಳ ನಕಲೀಕರಣವನ್ನು ಮಾಡುವುದು ಹೇಗೆ?



೧) ಸ್ತ್ರೀಯ ದೇಹದಿಂದ ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಹೊರ ತೆಗೆದರು. ಕೆಲವು ಅಂಡಾಣುಗಳನ್ನು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚು ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಭೇದಿಸಿದ್ದವು. ಹಾಗಾಗಿ ಅವು ಅಸಹಜ ಯುಗ್ಮಜ ಗಳಾಗಿದ್ದವು.

೨) ಪ್ರಥಮ ವಿಭಜನೆಯಲ್ಲಿ ಅಸಹಜ ಕೋಶವು ಮೊದಲ ಸಲ ವಿಭಜನೆಯಾಗಿ ಎರಡು ಅಸಹಜ ಜನ್ಯಕೋಶಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸುತ್ತದೆ.

೩) ಕಿಣ್ವದ ಸಹಾಯದಿಂದ ಜನ್ಯ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಲಾಗಿದೆ.

೪) ಜೋನಾ ಪೆಲ್ಯುಸಿಡ್ ಕೃತಕವಾಗಿ ರೂಪಿಸಲಾಗಿದೆ.

೫) ಈ ಜೀವಕೋಶಗಳು ವಿಭಜನೆಯನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸಿದವು. ಎಲ್ಲಾ ಕೋಶಗಳ ತಳಿ ವಿನ್ಯಾಸ ಏಕರೂಪವಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಕೋಶಗಳ ಬೆಳವಣಿಗೆ ಆರು ದಿನಗಳ ನಂತರ ಸ್ಥಗಿತವಾಯಿತು. ಕಾರಣವು ಅಸಹಜ ಯುಗ್ಮಜವಾಗಿತ್ತು.

೧೯೫೯ರಲ್ಲಿ ಮೊಲಗಳಲ್ಲಿ 'ಪ್ರನಾಳಶಿಶು'ವಿನ ಪ್ರಯೋಗ ನಡೆಯಿತು. ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಮೊಲಗಳ ಅಂಡಾಣು ವೀರ್ಯಾಣುಗಳನ್ನು ಬೆರೆಸಲಾಯಿತು. ಯುಗ್ಮಜ ರೂಪುಗೊಂಡಿತು, ಯುಗ್ಮಜ ವಿಭಜನೆಗೊಂಡು ಜೀವಕೋಶಗಳ ಚೆಂಡು ರೂಪುಗೊಳ್ಳುವಾಗ ಅದನ್ನು, ಹೆಣ್ಣು ಮೊಲದ ಗರ್ಭಾಶಯದೊಳಗೆ ನಾಟಿಸಲಾಯಿತು. ಅಲ್ಲಿ ಅದು ಪರಿಪೂರ್ಣವಾಗಿ ಬೆಳೆಯಿತು, ಮೊಲದ ಮರಿ ಹುಟ್ಟಿತು.

೧೯೭೦ರಲ್ಲಿ ಇಲಿಗಳ ಭ್ರೂಣ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಕೃತಕವಾಗಿ ಬೇರ್ಪಡಿಸಿ ನಕಲುಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸುವ ಪ್ರಯೋಗ ಯಶಸ್ವಿಯಾಯಿತು.

೧೯೭೨ರಲ್ಲಿ ಶೈತ್ಯೀಕರಿಸಿಟ್ಟ ಇಲಿಯ ಭ್ರೂಣಗಳನ್ನು, ನೂತನ ಹೆಣ್ಣು ಇಲಿಯ ಗರ್ಭಾಶಯಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿ, ಮರಿಗಳನ್ನು ಪಡೆಯಲಾಯಿತು.

೧೯೭೩ ಶೈತ್ಯೀಕರಿಸಿಟ್ಟ ಹಸುವಿನ ಭ್ರೂಣವನ್ನು ಬಳಸಿ ಮೊದಲ ಕರುವನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಿದ ವರ್ಷ.

೧೯೭೮ರಲ್ಲಿ ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಮಾನವ ಪ್ರನಾಳ ಶಿಶುವಿನ ಜನನ. ಲೂಯಿಸ್‌ಬ್ರೌನ್ ಎಂಬ ಮಗು ಬ್ರಿಟನ್ನಿನಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟಿತು.

೧೯೭೯ರಲ್ಲಿ ಕುರಿಯ ಭ್ರೂಣ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ನಕಲುಗಳನ್ನು ತಯಾರಿಸಲಾಯಿತು.

೧೯೮೦ರಲ್ಲಿ ದನಗಳ ನಕಲುಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಲಾಯಿತು.

೧೯೮೩ರಲ್ಲಿ ಬಂಜೆಯೊಬ್ಬಳ ಅಂಡಾಶಯವು ಅಂಡಾಣುಗಳನ್ನು ಉತ್ಪಾದಿಸಲು ಅಸ

ಮರ್ಥವಾಗಿತ್ತು. ಆದರೆ ಗರ್ಭಕೋಶ ಸುಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿತ್ತು. ಆಕೆಯ ಗಂಡ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದ್ದ. ಈ ದಂಪತಿಗಳು ಮತ್ತೋರ್ವ ಮಹಿಳೆಯಿಂದ ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ದಾನವನ್ನಾಗಿ ಪಡೆದರು. ಆ ಅಂಡಾಣು ಇದ್ದ ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಗೆ ಗಂಡನ ವೀರ್ಯ ಬೆರೆಸಿದರು. ರೂಪುಗೊಂಡ ಭ್ರೂಣವನ್ನು ಆಕೆಯ ಗರ್ಭಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದರು. ಭ್ರೂಣ ಬೆಳೆದು ಮಗು ಜನಿಸಿತು.

೧೯೮೪ರಲ್ಲಿ ಶೈತ್ಯೀಕರಿಸಿಟ್ಟಿದ್ದ ಮಾನವ ಭ್ರೂಣಗಳನ್ನು ಮತ್ತೆ ಗರ್ಭಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿ ಬೆಳೆಸಿದ ವರ್ಷ. ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯದಲ್ಲಿ ಜೋಯಿ ಎಂಬ ಹೆಣ್ಣು ಮಗುವು ಈ ರೀತಿ ಜನಿಸಿತು.

೧೯೮೬ ಬಾಡಿಗೆ ತಾಯಿಯರ ವ್ಯವಹಾರ ಆರಂಭವಾದ ವರ್ಷ. ಹೆಂಡತಿಗೆ ಅಂಡಾಶಯ ಆರೋಗ್ಯವಾಗಿದೆ. ಗರ್ಭಾಶಯ ಮಗುವನ್ನು ಹೊರಲು ಅಶಕ್ತವಾಗಿದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಈಕೆ ತನ್ನ ಗರ್ಭವನ್ನು ಹೊರಲು ನ್ಯೂಜರ್ಸಿಯಲ್ಲಿದ್ದ ಮೇರಿ ಬೆಥ್ ವೈಟ್‌ಹೆಡ್ ಎಂಬುವವಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದಳು. ಈ ದಂಪತಿಗಳ ಗರ್ಭವನ್ನು ಬೆಳೆಸಲು ತನ್ನ ಗರ್ಭಾಶಯವನ್ನು ಬಾಡಿಗೆಗೆ ನೀಡಲು ಒಪ್ಪಿದಳು. ಆದರೆ....ಮಗು ಹುಟ್ಟಿದ ನಂತರ, ಆಕೆಯ ''ಮಾತೃ ಹೃದಯ'' ಉಕ್ಕಿ ಹರಿದು, ಆ ಮಗು ತನ್ನದೆಂದು ವಾದಿಸಿದಳು. ಪ್ರಕರಣ ಕೋರ್ಟಿನ ಮೆಟ್ಟಿಲನ್ನು ಹತ್ತಿತು.

೧೯೯೩ ಜಾರ್ಜ್ ವಾಶಿಂಗ್‌ಟನ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯದ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಮಾನವ ಭ್ರೂಣಕೋಶಗಳನ್ನು ಬಳಸಿ ನಕಲುಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸಲು ಯಶಸ್ವಿಯಾದ ವರ್ಷ. ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಭಾರೀ ಕೋಲಾಹಲವನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಿತು ಈ ಪ್ರಯೋಗ.

೧೯೯೭ರಲ್ಲಿ ಕಾಯಕೋಶವನ್ನು ಬಳಸಿ 'ಡಾಲಿ' ಎಂಬ ಕುರಿಮರಿಯನ್ನು ಸೃಜಿಸಿದ ಸ್ಕಾಟ್ಲೆಂಡ್ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ವಿಶ್ವದಾದ್ಯಂತ ಎಲ್ಲರ ಗಮನವನ್ನು ಸೆಳೆದು, ನಾನು ಈ ಲೇಖನವನ್ನು ಬರೆಯಲು ಕಾರಣರಾಗಿದ್ದಾರೆ.

ಓದುಗರೇ.....

ನಕಲೀಕರಣದ ಜ್ವಲಂತ ಸಮಸ್ಯೆಯನ್ನು ವಿವರವಾಗಿ ತಿಳಿಸಲು ಕೊನೆಯ ಎರಡು ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಸಾದ್ಯಂತವಾಗಿ ವಿವರಿಸುವುದು ಅವಶ್ಯವಾಗಿದೆ. ಓದಿ.....

★★★

೧೯೯೩, ಅಕ್ಟೋಬರ್ ಎರಡನೆಯ ವಾರ
ಮಾಂಟ್ರಿಯಲ್, ಅಮೆರಿಕ

ಅಮೆರಿಕನ್ ಫರ್ಟಿಲಿಟಿ ಸೊಸೈಟಿಯ ಒಂದು



ಸಮಾವೇಶ. ಡಾ। ಜೆರ್ರಿ ಹಾಲ್ - ಜಾರ್ಜ್ ವಾಶಿಂಗ್‌ಟನ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಲ್ಲಿ ಪ್ರನಾಳ ಶಿಶು ಪ್ರಯೋಗಾಲಯದ ನಿರ್ದೇಶಕ, ಡಾ। ರಾಬರ್ಟ್ ಸ್ಟಿಲ್‌ಮನ್- ಸದರಿ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುವ ಎಲ್ಲ ಪ್ರನಾಳ ಶಿಶು ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಮುಖ್ಯಸ್ಥ ಹಾಗೂ ಡಾ। ಜೆರ್ರಿ ಹಾಲ್‌ನ ಪ್ರಯೋಗಗಳ ಉಸ್ತುವಾರಿಯನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ವಿಜ್ಞಾನಿ.

ಡಾ। ಜೆರ್ರಿಹಾಲ್ ಒಂದು ಸಂಶೋಧನಾ ಪ್ರಬಂಧವನ್ನು ಮಂಡಿಸಿದರು. ಡಾ। ರಾಬರ್ಟ್ ಸ್ಟಿಲ್‌ಮನ್‌ರವರ ಸಹಯೋಗದಲ್ಲಿ ಬರೆದಿದ್ದ ಆ ಪ್ರಬಂಧ ಆ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಮಂಡಿಸಲಾದ ಎಲ್ಲ ಪ್ರಬಂಧಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿದ್ದು, ಪ್ರಥಮ ಬಹುಮಾನವನ್ನು ಪಡೆಯಿತು. ಸಮಾವೇಶದ ಪ್ರತಿನಿಧಿಗಳು ಹಾಲ್‌ನನ್ನು ಅಭಿನಂದಿಸಿದರು.

ಆದರೆ.....

ಯಾವುದು ಸಂಭವಿಸಬಾರದೆಂದು ನೈತಿಕ



ಪಟುಗಳು ಪ್ರತಿಭಟಿಸುತ್ತಿದ್ದರೋ, ಯಾವುದು ಸಂಭವಿಸಿದರೆ ಏನೆಲ್ಲ ಅನಾಹುತಗಳು ಸಂಭವಿಸಬಹುದೆಂದು ವಿಜ್ಞಾನ ಕಥಾಲೇಖಕರು ಊಹಿಸಿದ್ದರೋ, ಅದು ಅಂದು ಸಂಭವಿಸಿತ್ತು.

ಅದುವೇ ಮಾನವ ನಕಲೀಕರಣ !

ಈ ಮಾಹಿತಿ ಹೇಗೋ ನ್ಯೂಯಾರ್ಕ್ ಟೈಮ್ಸ್ ವರದಿಗಾರ್ತಿ ಗಿನಾ ಕೊಲಾಟಳಿಗೆ ಸಿಕ್ಕಿಬಿಟ್ಟಿತು. ಮರುದಿವಸ ಮುಖಪುಟದಲ್ಲಿ SCIENTIST CLONES HUMAN EMBRYOS, AND CREATES AN ETHICAL CHALLENGE ಎಂಬ ಶೀರ್ಷಿಕೆಯ ಲೇಖನ ಪ್ರಕಟವಾಯಿತು.

ಸಸ್ಯಗಳ, ಇಲಿಗಳ, ಮೊಲಗಳ, ಹಂದಿಗಳ, ಹಸುಗಳ ನಕಲೀಕರಣವನ್ನು ಸಹಿಸಿದ್ದ ಅಮೆರಿಕನ್ ಸಮಾಜ, ಮಾನವ ನಕಲೀಕರಣದ ಸುದ್ದಿಯನ್ನು ಕೇಳುತ್ತಲೆ ಒಮ್ಮೆಲೇ ಎಚ್ಚೆತ್ತಿತ್ತು. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಕೋಲಾಹಲ. ಕೂಡಲೇ ಈ ಮಾಹಿತಿ ಉಪಗ್ರಹಗಳ ಮೂಲಕ ವಿದ್ಯುತ್ತಿನ ವೇಗದಲ್ಲಿ ಸಂಚರಿಸಿ, ಜಗತ್ತಿನ ಎಲ್ಲ ಮೂಲೆಗಳನ್ನು ತಲುಪಿಯೇ ಬಿಟ್ಟಿತು. ಸ್ಪೇನ್, ಸ್ವೀಡನ್, ಆಫ್ರಿಕ, ಆಸ್ಟ್ರೇಲಿಯಗಳಂತಹ ದೇಶಗಳಿಂದ ಜಾರ್ಜ್ ವಾಶಿಂಗ್‌ಟನ್ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಕ್ಕೆ ದೂರವಾಣಿ ಕರೆಗಳ ಸುರಿಮಳೆ ಆರಂಭವಾಯಿತು.

ಜಪಾನಿನ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಸಂಘದವರು ''ಯೋಚಿಸಲಾಗದ್ದು'' ಎಂದು ಉದ್ಗರಿಸಿದರೆ, ಫ್ರಾನ್ಸ್‌ನ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಮಿತೆರಾ ''ಹೆದರಿಹೋದೆ'' ಎಂದರು. ವ್ಯಾಟಿಕನ್ ತನ್ನ ಪತ್ರಿಕೆಯ ಸಂಪಾದಕೀಯದಲ್ಲಿ ''ಇದೊಂದು ಹುಚ್ಚು'' ಎಂದು ಬಣ್ಣಿಸಿತು.

ಇಂತಹ ಉದ್ಗಾರಗಳು ಸುಮಾರು ೧೯ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ, ಪ್ರಪ್ರಥಮ ಪ್ರನಾಳಶಿಶು ಲೂಯಿಸ್ ಬ್ರೌನ್ ಹುಟ್ಟಿದಾಗ ಕೇಳಿಬಂದಿದ್ದವು. ಈಗ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ತೀವ್ರವಾದ ಚರ್ಚೆ ಆರಂಭವಾಗಿತ್ತು. ಗೋಡೆಗಳ ಮೇಲೆ ಬರವಣಿಗೆಗಳು, ಪೋಸ್ಟರ್‌ಗಳು ಕಾಣಿಸಿಕೊಂಡವು. ಜನರು ಮೆರವಣಿಗೆ ನಡೆಸಿದರು, ಉಗ್ರವಾಗಿ ಪ್ರತಿಭಟಿಸಿದರು. ಮಾನವ ನಕಲೀಕರಣದ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ಸಂಪೂರ್ಣ ನಿಲ್ಲಬೇಕೆಂದು ಆಗ್ರಹಿಸಿದರು.

ಇದೇ ಅವಧಿಯಲ್ಲಿ ಟೈಮ್ಸ್ ಪತ್ರಿಕೆಯು CNN ಟೆಲಿವಿಷನ್ನಿನ ನೆರವಿನಿಂದ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಒಂದು ಸಮೀಕ್ಷೆಯನ್ನು ನಡೆಸಿತು. ಈ ಸಮೀಕ್ಷೆಯಿಂದ ಅಮೆರಿಕದ ಪ್ರತಿ ೪ ಜನರಲ್ಲಿ ೩ ಜನರು ನಕಲೀಕರಣಕ್ಕೆ ವಿರೋಧ ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದುದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಯಿತು. ಶೇಕಡಾ ೪೦ ಜನರು ಮಾನವ ನಕಲೀಕರಣದ ಪ್ರಯೋಗಗಳಿಗೆ ತಡೆ ಹಾಕ

ಬೇಕೆಂದು ಬಯಸಿದರೆ ಶೇಕಡಾ ೪೬ ಜನರು ಇಂತಹ ಪ್ರಯೋಗಗಳು ನಡೆಯಲೇಬಾರದು, ಇದನ್ನು ಕಠಿಣ ಕಾನೂನುಗಳಿಂದ ನಿಯಂತ್ರಿಸ ಬೇಕು ಎಂಬ ಅಭಿಪ್ರಾಯವನ್ನು ವ್ಯಕ್ತಪಡಿಸಿದರು.

★★★

ಡಾ। ಜೆರ‍್ರಿ ಹಾಲ್‌ರವರ ಪ್ರಯೋಗದ ಮೂಲ ಉದ್ದೇಶವೇ ಮರೆಯಾಗಿ ಇಡೀ ಅಮೆರಿಕದ ಜನ ಸಮೂಹಸನ್ನಿಗೆ ಒಳಗಾಗಿ ಆರೋಗ್ಯಯುತ ಚರ್ಚೆ ನಡೆಸಲು ಅವಕಾಶವನ್ನೇ ನೀಡಲಿಲ್ಲ.

ಡಾ। ಜೆರ‍್ರಿಹಾಲ್ ಹಿಟ್ಲರ್‌ಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸುವ ಅಥವಾ ಮಾನವ ದೇಹದ ಬಿಡಿಭಾಗಗಳನ್ನು ಮಾರುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ತನ್ನ ಪ್ರಯೋಗಗಳನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿರಲಿಲ್ಲ. ಬಂಜೆತನದ ಶಾಪದಿಂದ ನರಳುವ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ತಾಯ್ತನದ ಭಾಗ್ಯ ಒದಗಿಸಲು ಸೂಕ್ತ ಅವಕಾಶಕ್ಕೆ ಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ತಡಕಾಡುತ್ತಿದ್ದನು. ಅಷ್ಟೇ........

ಕೆಲವು ಮಹಿಳೆಯರ ಅಂಡಾಶಯ ಎಷ್ಟು "ಬಡತನದ" ಅಂಚನ್ನು ತಲುಪಿರುತ್ತದೆಯೆಂದರೆ, ಒಂದೇ ಒಂದು ಅಂಡಾಣು ಮಾತ್ರ ಉಳಿದಿರುತ್ತದೆ, ಕಟ್ಟ ಕಡೆಯ ಅಂಡಾಣು. ಅದನ್ನು ಬಿಟ್ಟರೆ ಆಕೆ ಬೇರೆ ಅಂಡಾಣುಗಳನ್ನು ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಉತ್ಪಾದಿಸಲಾರಳು. ಅಂದರೆ ಆಕೆ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ತನ್ನ ಮಗುವಿನ ತಾಯಿಯಾಗಲಾರಳು.

ಈ ಒಂದೇ ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ಪ್ರನಾಳಶಿಶು ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ, ಗರ್ಭ ನಾಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಕೇವಲ ಶೇಕಡಾ ೧೦-೨೦ ಮಾತ್ರ ಇರುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಶೇಕಡಾ ೮೦ರಷ್ಟು ವಿಫಲವಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಇರುತ್ತದೆ.....

ಒಂದು ವೇಳೆ ವಿಫಲವಾಗಿಬಿಟ್ಟರೆ.......

ಬಂಜೆತನದ ಪಟ್ಟ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿಯುತ್ತದೆ.

ಇದಕ್ಕೊಂದು ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿಯುವಂತಾದರೆ....

ಕಂಡು ಹಿಡಿಯಬಹುದು ಎಂಬ ವಿಶ್ವಾಸ ಡಾ। ಹಾಲ್ ಮತ್ತು ಡಾ। ಸ್ಟಿಲ್‌ನ್‌ರಿಗೆ ಇತ್ತು. ತಮ್ಮ ಕನಸನ್ನು ನನಸಾಗಿಸುವ ತಂತ್ರ, ಜ್ಞಾನವನ್ನು ರೂಪಿಸಲಾರಂಭಿಸಿದರು....

ಹಸುಗಳಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿದ್ದ ನಕಲೀಕರಣದ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನವನ್ನು ಉತ್ತಮಪಡಿಸಿ, ಮಾನವ ನಕಲೀಕರಣವನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ಪ್ರಥಮ ಹೆಜ್ಜೆಯನ್ನಿಟ್ಟರು....

ಅವರು ಅಸಹಜ ಭ್ರೂಣಗಳನ್ನು ಆಯ್ದುಕೊಂಡರು.

ಅಸಹಜ ಎಂದರೆ, ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಒಂದಕ್ಕಿಂತ ಹೆಚ್ಚಿನ ವೀರ್ಯಾಣುಗಳು ಭೇದಿಸಿರುವ ಯುಗ್ಮಜಗಳು......

ಈ ಅಸಹಜ ಯುಗ್ಮಜಗಳು ಆರು ದಿನಗಳಿಗಿಂತ ಅಧಿಕ ಕಾಲ ಬಾಳಲು ಸಾಧ್ಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಇಂತಹ ವನ್ನು ಪ್ರಯೋಗಕ್ಕೆ ಆರಿಸಿಕೊಂಡರು. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಸಂಪೂರ್ಣ ವಿವರಗಳನ್ನು ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾನಿಲಯಕ್ಕೆ ತಿಳಿಸಿ, ಅನುಮತಿಯನ್ನು ಪಡೆದ ನಂತರವೇ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದರು.

ಯುಗ್ಮಜವು ಒಡೆದು ಎರಡಾಯಿತು.

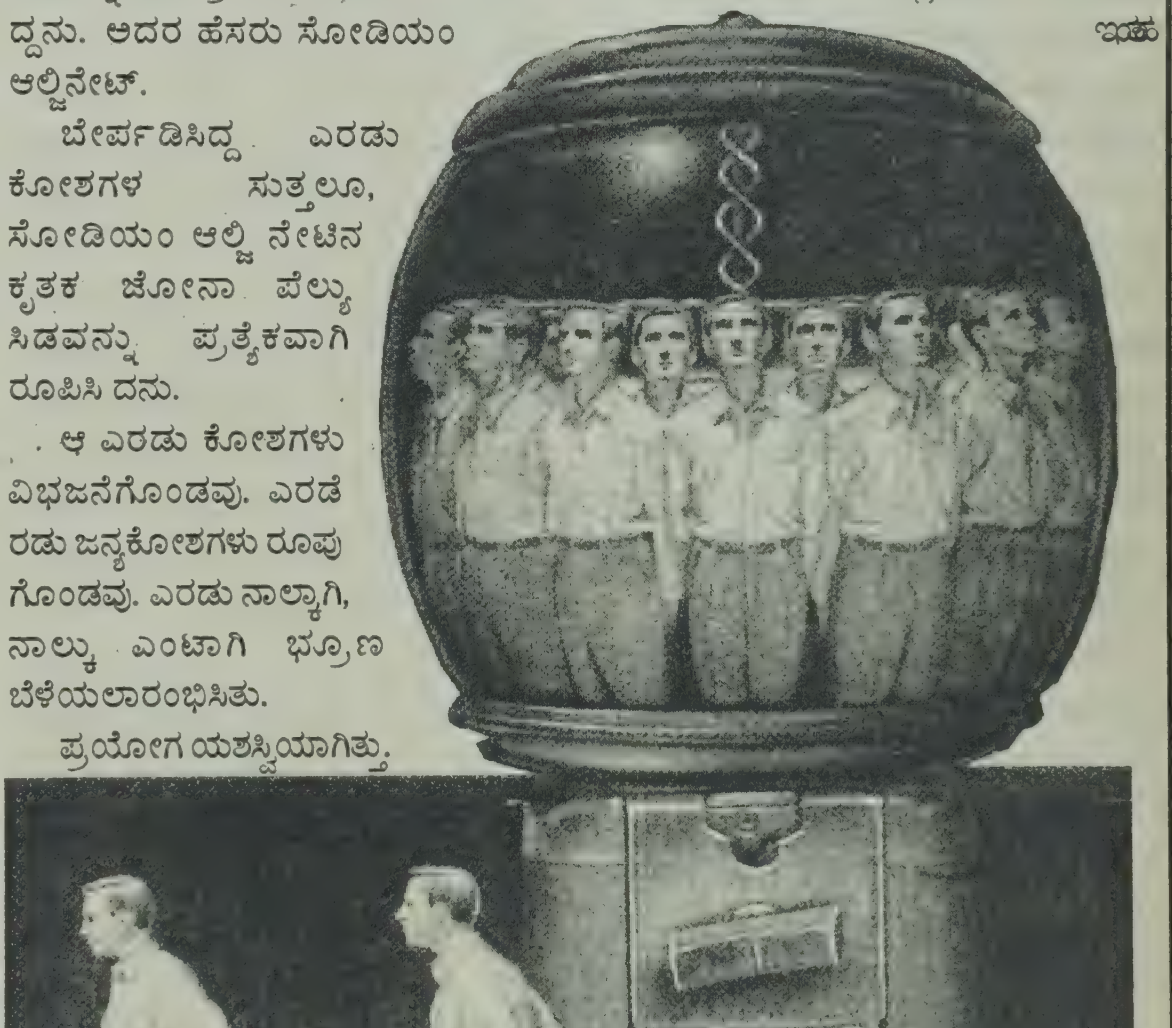
ಚಿತ್ರವನ್ನು ನೋಡಿ ಎರಡು ಕೋಶಗಳ ಭ್ರೂಣವನ್ನು ಜೋನಾ ಪೆಲ್ಯುಸಿಡ ಆವರಿಸಿದೆ.

ಹಾಲ್ ರಾಸಾಯನಿಕ ಕತ್ತರಿಯೊಂದರಿಂದ ಜೋನಾಪೆಲ್ಯುಸಿಡವನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ ತೆಗೆದನು. ಎರಡು ಕೋಶಗಳನ್ನು ಬೇರ್ಪಡಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಭ್ರೂಣದ ಸಹಜ ಬೆಳವಣಿಗೆಗೆ ಜೋನಾ ಪೆಲ್ಯೈಸಿಡ ಅತ್ಯವಶ್ಯ. ಹಾಲ್ ಹಲವಾರು ವರ್ಷಗಳ ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಕೃತಕ ಜೋನಾ ಪೆಲ್ಯುಸಿಡವನ್ನು ಸಮುದ್ರ ಕಳೆಯೊಂದರಿಂದ ರೂಪಿಸಿದ್ದನು. ಅದರ ಹೆಸರು ಸೋಡಿಯಂ ಆಲ್ಜಿನೇಟ್.

ಬೇರ್ಪಡಿಸಿದ್ದ ಎರಡು ಕೋಶಗಳ ಸುತ್ತಲೂ, ಸೋಡಿಯಂ ಆಲ್ಜಿನೇಟಿನ ಕೃತಕ ಜೋನಾ ಪೆಲ್ಯುಸಿಡವನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ರೂಪಿಸಿದನು.

ಆ ಎರಡು ಕೋಶಗಳು ವಿಭಜನೆಗೊಂಡವು. ಎರಡೆರಡು ಜನ್ಯಕೋಶಗಳು ರೂಪುಗೊಂಡವು. ಎರಡು ನಾಲ್ಕಾಗಿ, ನಾಲ್ಕು ಎಂಟಾಗಿ ಭ್ರೂಣ ಬೆಳೆಯಲಾರಂಭಿಸಿತು.

ಪ್ರಯೋಗ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿತ್ತು.



ಮುಖಪುಟ ಲೇಖನ

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಈ ಪ್ರಯೋಗ ವನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮತ್ತೆ ಪುನರಾವರ್ತಿಸಿದರು. ಒಟ್ಟು ೧೭ ಅಸಹಜ ಯುಗ್ಮಜಗಳಿಂದ ೪೮ ನಕಲುಗಳನ್ನು ಸಮಗ್ರವಾಗಿ ಸೃಜಿಸಿದ್ದರು.

ಒಂದೇ ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಅಸಹಾಯಕ ಹೆಣ್ಣಿನ ನೆರವಿಗೆ ಈ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನ ನೆರವಿಗೆ ಬರಬಹುದಲ್ಲವೆ ! ಆಕೆಯ ಯುಗ್ಮಜವನ್ನು ಎರಡು ಕೋಶಗಳ ಹಂತದಲ್ಲಿ ಸೀಳಿ, ಎರಡು ಪ್ರತ್ಯೇಕ ಕೋಶಗಳನ್ನು, ಆ ಎರಡು ಕೋಶಗಳು ವಿಭಜನೆ ಹೊಂದಿದಾಗ, ಅವನ್ನೂ ಸೀಳಿ ಮತ್ತೆರಡು ಕೋಶಗಳನ್ನು ರೂಪಿಸಿದರೆ.... ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವಿನಿಂದ ಎಂಟು ನಾಲ್ಕು ಭ್ರೂಣಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸಿದಂತಾಯಿತಲ್ಲವೆ ! ಈ ನಾಲ್ಕೂ ಭ್ರೂಣಗಳನ್ನು ನಾಟಿದಾಗ ಅವು ಬೆಳೆಯುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಶೇಕಡಾ ೮೦ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚಬಹುದಲ್ಲವೆ !

ಇತಿ

ಉದಾರ ನಿಲುವಿನಿಂದ ನಕಲೀಕರಣವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿದ್ದರು. ಅವರು ಪ್ರಯೋಗಾರ್ಥ ಅಸಹಜ ಯುಗ್ಮಜಗಳನ್ನೇ ಬಳಸಿದ್ದರು. ಇವುಗಳಿಂದ ಪಡೆದ ೪೮ ಭ್ರೂಣ ಗಳನ್ನು ೪೮ ಮಕ್ಕಳನ್ನಾಗಿ ಬೆಳೆಸುವ ಯೋಜನೆ ಯನ್ನೇನೂ ಅವರು ಹೊಂದಿರಲಿಲ್ಲ.

ಆದರೆ....

ಅವರ ಮಾತಿಗೆ ಕಿವಿಕೊಡುವಷ್ಟು ತಾಳ್ಮೆಯಿರಲಿಲ್ಲ ಅಮೆರಿಕನ್ನರಿಗೆ. ಆದರೆ ಚರ್ಚೆ ಮಾತ್ರ ಬಿರುಸಾಯಿತು.

ಅಸಹಜ ಭ್ರೂಣಗಳಿಂದ ನಕಲೀಕರಣವನ್ನು ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಮಾಡಿರುವಾಗ, ಸಹಜ ಭ್ರೂಣಗಳಿಂದ ನಕಲೀಕರಣ ಮಾಡುವುದು ಕಷ್ಟವೆ ?

ಪರಮಾಣುಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಮಾನವ ಕಲ್ಯಾಣಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಸೃಜಿಸಿದರು. ಆದರೆ ಅದು ಮಾನವ ಮಾರಣಹೋಮಕ್ಕೆ ಬಳಕೆಯಾದದ್ದು ಸುಳ್ಳೆ ? ಬಂಜೆಯರ ಮಡಿಲು ತುಂಬಲೆಂಬ ಘನವಾದ ಉದ್ದೇಶದಿಂದಲೇ ನಕಲೀಕರಣವನ್ನು ಆರಂಭಿಸಬಹುದು. ಆದರೆ ಮುಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲೂ 'ಹಿಟ್ಲರ್‌ಗಳು'' ಕೇವಲ ''ಆರ್ಯರನ್ನೆ'' ಸೃಷ್ಟಿಸಲಾರರು ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಏನು ಖಾತರಿ ?

ಚರ್ಚೆ ಮುಂದುವರೆಯಲಾರಂಭಿಸಿತು....

★★★

ಸ್ಕಾಟ್ಲೆಂಡ್

ಎಡಿನ್‌ಬರೋ ನಗರದ ದಕ್ಷಿಣದಲ್ಲಿರುವ, ಹಸಿರು ಬೆಟ್ಟಗಳಿಂದ ಆವೃತವಾದ ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಹಳ್ಳಿ ರಾಸ್ಲಿನ್. ಅಲ್ಲಿದೆ ರಾಸ್ಲಿನ್ ಇನ್‌ಸ್ಟ್ಯೂಟ್ ಎಂಬ ಜೈವ ತಾಂತ್ರಿಕ ಪ್ರಯೋಗಾಲಯ.

ಅಲ್ಲಿ ೧೦ ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಡಾ। ಅಯಾನ್ ವಿಲ್‌ಮಟ್ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಅವಿರತವಾಗಿ ದುಡಿಯುತ್ತಿದೆ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳ ಒಂದು ತಂಡ.

ಫೆಬ್ರವರಿ ೨೦, ೧೯೯೭.

'ಡಾಲಿ ' ಎಂಬ ಕುರಿಮರಿಯ ಕಥೆ ಹೊರಬಿದ್ದಿತು. ಕೆಲವೇ ಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ಜಗತ್ತಿನಾದ್ಯಂತ ಸುದ್ದಿಯು ಹಬ್ಬಿತು. ಮತ್ತೊಮ್ಮೆ ' ನಕಲೀಕರಣ' ಸುದ್ದಿ ಮಾಧ್ಯಮಗಳಲ್ಲಿ ಹಬ್ಬ ಮಾಡಲಾರಂಭಿಸಿತು.

ಮಾನವ ನಕಲೀಕರಣದ ಸುದ್ದಿಯ ಬಿಸಿ ತಣ್ಣಗಾಗುವಷ್ಟರಲ್ಲಿಯೇ ಜ್ವಾಲಾಮುಖಿಯಂತೆ ಸ್ಫೋಟಿಸಬೇಕೆ ಈ ಡಾಲಿ? ಈ ಸುದ್ದಿ ಅಮೆರಿಕದ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಿಗೂ ಚುರುಕು ಮುಟ್ಟಿಸಬೇಕೆ ?...

ಯಾರು ಈ ಡಾಲಿ ?

ಈ ಡಾಲಿ ಏಳು ತಿಂಗಳಿನ ಒಂದು ಕುರಿಮರಿ. ಅಮೆರಿಕದ ಗಾಯಕಿ ಡಾಲಿ ಪಾರ್ಟನ್ನಳ ಹೆಸರನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ಒಂದು ಮರಿಕುರಿ !



ಒಂದು ಕುರಿಮರಿಯು ಇಡೀ ಜಗತ್ತನ್ನೇ ಭಯಾಶ್ಚರ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿಸಿತೆ ? ಅಂತಹ ವಿಶೇಷವೇನಿದೆ ಈ ಡಾಲಿಯಲ್ಲಿ ?

ಒಂದು ಗುಲಾಬಿ ಗಿಡದಿಂದ ಹತ್ತು ಗುಲಾಬಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವಂತೆ, ಒಂದು ಹೈಡ್ರದಿಂದ ನೂರು ಹೈಡ್ರಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸಿದಂತೆ, ಒಂದು ಕುರಿಯನ್ನು ನೂರು ತುಂಡುಗಳನ್ನಾಗಿ ಕತ್ತರಿಸಿ, ಆ ತುಂಡುಗಳಿಂದ ನೂರುಕುರಿಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವೆ?

ಇದೆಂತಹ ಹುಚ್ಚು ಪ್ರಶ್ನೆ ?

ಕುರಿಯ ಕುತ್ತಿಗೆಯನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಜೀವ ಹೊರಟು ಹೋಗುತ್ತದೆ ಅಲ್ಲವೆ? ಜೀವ ಹೋದ ಕುರಿಯನ್ನು ನೂರು ತುಂಡು ಮಾಡಿ ಒಂದೊಂದು ತುಂಡಿನಿಂದ ಒಂದೊಂದು ಕುರಿಯನ್ನು 'ಛೂ! ಮಂತ್ರಕಾಳಿ' ಎಂದು ಹೇಳಿ ನೂರು ಕುರಿಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸುವಂತಾಗಿದ್ದರೆ, ಈ ಭೂಮಿಯ ಮೇಲೆ ಹಸಿವಾದರೂ ಏಕಿರುತ್ತಿತ್ತು ? ಕುರುಬ ಒಂದು ಗಂಡು -ಹೆಣ್ಣು ಕುರಿಗಳ ನೆರವಿನಿಂದ ನೂರು ಕುರಿಗಳ ಮಂದೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸಬೇಕಾದರೆ ಅಷ್ಟೆಲ್ಲ ವರ್ಷಗಳು ಕಷ್ಟಪಡಬೇಕಾಗಿರಲ್ಲ! ಒಂದೇ ಕುರಿಯನ್ನು ಕತ್ತರಿಸಿ.......

ಹೌದು

ಒಂದು ಕುರಿಯಿಂದ ನೂರು ಕುರಿಗಳನ್ನಲ್ಲ, ಸಾವಿರ ಕುರಿಗಳನ್ನಲ್ಲ, ಲಕ್ಷ ಕುರಿಗಳನ್ನು ಸೃಜಿಸುವುದು ಇಂದು ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕವಾಗಿ ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಆ ಸಿದ್ಧಾಂತದ ಪ್ರಥಮ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಹಂತ ಯಶಸ್ವಿಯಾಗಿ ಮುಗಿದಿದೆ. ಅದರ ಫಲವೇ ಡಾಲಿ!

ಓದುಗರೆ!.....

ಈಗಾಗಲೇ ವಿವರಿಸಿದ ' ಭೇದಕರಣ ' ಹಾಗೂ ಕೋಶಗಳ ''ಸ್ಪೆಶಲೈಶೆನ್ನನ್ '' ಬಗ್ಗೆ ಒಮ್ಮೆ ನೆನಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಿ!

ರಾಸ್ಲಿನ್ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಕುರಿಯ ಕೆಚ್ಚಲಿನಿಂದ ಒಂದು ಜೀವ ಕೋಶವನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡರು. ಈ ಜೀವಕೋಶದಲ್ಲಿ ಕೆಚ್ಚಲನ್ನು ರೂಪಿಸುವ ವಂಶವಾಹಿಯೊಂದನ್ನು ಉಳಿದು ಮಿಕ್ಕ ವಂಶವಾಹಿಗಳೆಲ್ಲ ಗಾಢ ನಿದ್ರೆಗೆ ಹೋಗಿಬಿಟ್ಟಿದ್ದವು!

ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳು ಗಾಢ ನಿದ್ದೆಗೆ ಹೋಗಿದ್ದ ಈ ಎಲ್ಲ ವಂಶವಾಹಿಗಳ '' ಬೆನ್ನು ತಟ್ಟಿ, ಮುಖಕ್ಕೆ ತಣ್ಣೀರು ಎರಚಿ'' ಅವನ್ನು ಏಳಿಸಿದರು, ಜಾಗೃತಗೊಳಿಸಿದರು. ಆ ಕೋಶದ ಬೀಜವನ್ನು ಬಳಸಿ ಹೊಸ ಕುರಿಮರಿಯೊಂದನ್ನು ಸೃಜಿಸಿಯೇ ಬಿಟ್ಟರು ಅದುವೇ ಡಾಲಿ!

ಕೆಚ್ಚಲಿನ ಒಂದು ಕೋಶದಿಂದ ಒಂದು ಕುರಿಮರಿಯನ್ನು ಸೃಜಿಸಬಹುದಾದರೆ, ಅದೇ ತಂತ್ರಜ್ಞಾನದಿಂದ ಮನುಷ್ಯನ ದೇಹದಲ್ಲಿರುವ ೫೦,೦೦೦,೦೦೦,೦೦೦,೦೦೦ ಜೀವಕೋಶಗಳಿಂದ ಅಷ್ಟೇ ಜನರನ್ನು ಸೃಜಿಸಬಹುದಲ್ಲವೆ ! ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕವಾಗಿ ಇದು ಸಾಧ್ಯವಾಗಬಹುದಲ್ಲವೆ!

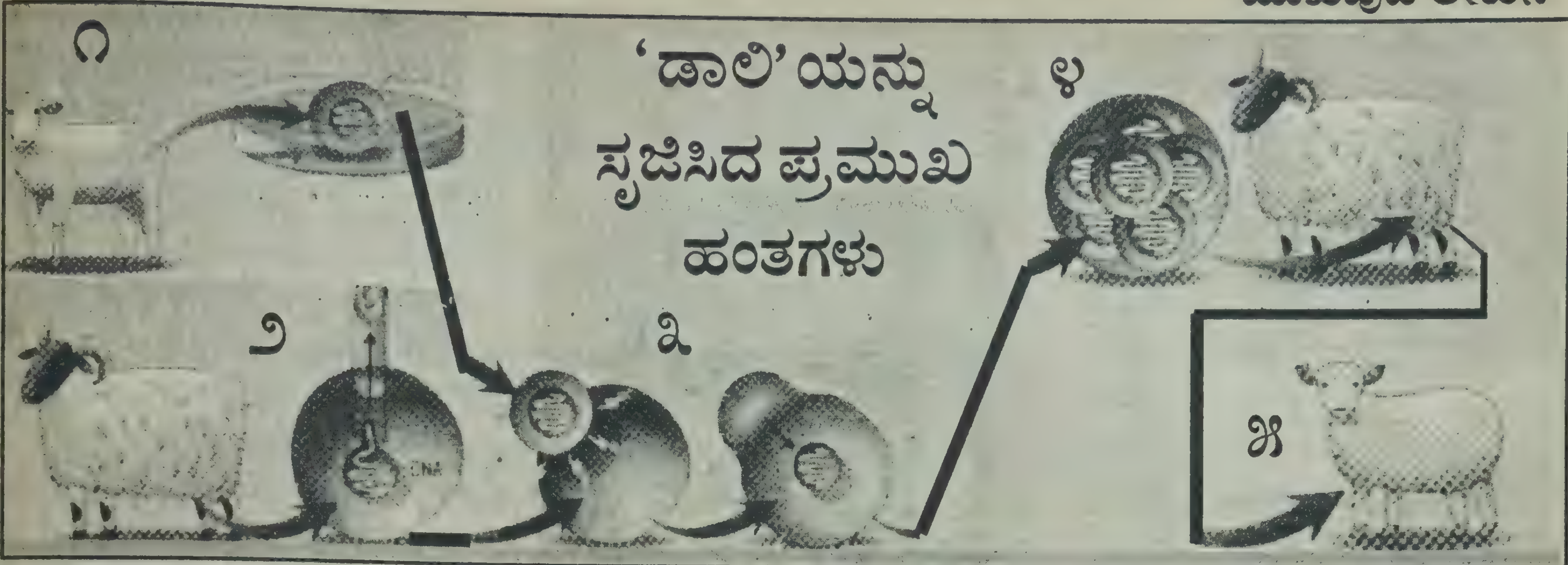
ಡಾ। ಅಯಾನ್ ವಿಲ್‌ಮಟ್ 'ಡಾಲಿ' ಯನ್ನು ಸೃಜಿಸಿದ ಪ್ರಮುಖ ಹಂತಗಳನ್ನು ಈ ರೀತಿ ಸಂಗ್ರಹಿಸಬಹುದು.(ಮುಂದಿನ ಪುಟದಲ್ಲಿನ ಚಿತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಡಿ)

೧. ಫಿನ್ ಡಾರ್ಸೆಟ್ ಎಂಬ ಜಾತಿಯ ಕುರಿ. ಇದು ಗರ್ಭವನ್ನು ಧರಿಸಿತ್ತು. ಇದರ ಕೆಚ್ಚಲಿನಿಂದ ಹಲವು ಕೋಶಗಳನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದರು. ಇದನ್ನು ಗಾಜಿನ ತಟ್ಟೆಯೊಂದರಲ್ಲಿ ಜೀವಧರಿಸಲು ಅವಶ್ಯವಾಗುವಷ್ಟು ಕನಿಷ್ಟ ಆಹಾರಾಂಶಗಳ ಮಾಧ್ಯಮವನ್ನು ಸುರಿದರು. ಅದರಲ್ಲಿ ಕೋಶಗಳನ್ನು ಇಟ್ಟರು. ಕೃಷಿ(ಕಲ್ಚರ್) ಮಾಡಿದರು. ಜೀವಧರಿಸುವಷ್ಟು ಮಾತ್ರ ಆಹಾರಾಂಶಗಳಿದ್ದುದರಿಂದ, ಕೋಶಗಳು ಪುನರುತ್ಪಾದನಾ ಕಾರ್ಯವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸಿದವು. ಉಳಿದ ಜೈವಿಕ ಕ್ರಿಯೆಗಳೂ ಕನಿಷ್ಠ ಮಟ್ಟವನ್ನು ತಲುಪಿದವು.

೨. ಸ್ಕಾಟಿಶ್ ಬ್ಲಾಕ್ ಫೇಸ್ ಎಂಬುದು ಮತ್ತೊಂದು ಕುರಿ ತಳಿಯ ಹೆಸರು. ಈ ತಳಿಯ ಹೆಣ್ಣು ಕುರಿಯ ಅಂಡಾಶಯದಿಂದ ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸಿದರು. ನಂತರ ಸೂಕ್ಷ್ಮಾತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಉಪಕರಣದ ನೆರವಿನಿಂದ, ಅಂಡಾಣುವಿನಲ್ಲಿ ಒಂದು ರಂಧ್ರ ಕೊರೆದು, ಒಳಗಿದ್ದ ಬೀಜವನ್ನು (ನ್ಯೂಕ್ಲಿಯಸ್) ಹೊರತೆಗೆದರು. ಆದರೆ ಕೋಶ ಪದರ, ಅದರೊಳಗಿದ್ದ ಕೋಶದ್ರವ ಹಾಗೂ ಉಳಿದ ಕಣಾಂಗಗಳೆಲ್ಲ ಸಮಗ್ರವಾಗಿದ್ದವು.

೩. ಉಪವಾಸದಿಂದ ನಿತ್ರಾಣಗೊಂಡಿದ್ದ ಕೆಚ್ಚಲ ಕೋಶವನ್ನು ತಂದು, ಬೀಜವಿಲ್ಲದ ಅಂಡಾಣುವಿನ ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟರು. ಸೂಕ್ಷ್ಮ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಹಾಯಿಸಿ

'ಡಾಲಿ'ಯನ್ನು ಸೃಜಿಸಿದ ಪ್ರಮುಖ ಹಂತಗಳು



ದರು. ಎರಡು ಸೋಪು ಗುಳ್ಳೆಗಳು ಒಂದರೊಳಗೆ ಒಂದು ಬೆರೆಯುವಂತೆ, ಕೆಚ್ಚಲ ಕೋಶವು ಅಂಡಾಣುವಿನೊಳಗೆ ಹೋಗಿ ಸೇರಿಕೊಂಡು ಬಿಟ್ಟಿತು. ಮತ್ತೊಂದು ಸಲ ವಿದ್ಯುತ್ ಅಲೆಗಳನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿ ಹಾಯಿಸಿದರು. '' ಯುಗ್ಮಜ '' ಜಾಗೃತಗೊಂಡು ಪುನರುತ್ಪಾದನಾ ಪ್ರಕ್ರಿಯೆಯನ್ನು ಆರಂಭಿಸಿತು.

೪. ಆರು ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಯುಗ್ಮಜ ಸತತವಾಗಿ ಪುನರುತ್ಪಾದನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಜೀವಕೋಶಗಳ ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಚೆಂಡಾಯಿತು. ಈ ಚೆಂಡನ್ನು ಸ್ಕಾಟಿಶ್ ಬ್ಲಾಕ್ ಫೇಸ್ ತಳಿ ಹೆಣ್ಣುಕುರಿಯ ಗರ್ಭಾಶಯದೊಳಗೆ ವರ್ಗಾಯಿಸಿದರು.

೫. ದಿನ ತುಂಬಿದ ಮೇಲೆ...ಗಬ್ಬ ಸ್ಕಾಟಿಶ್ ಬ್ಲಾಕ್‌ಫೇಸ್ ಸುಂದರವಾದ ಫಿನ್ ಡಾರ್ಸೆಟ್ ಕುರಿಮರಿಯೊಂದಕ್ಕೆ ಜನ್ಮ ನೀಡಿತು. ಈ ಕುರಿ ಮರಿಯೇ ಡಾಲಿ ಪಾರ್ಟನ್ನಳ ಹೆಸರನ್ನು ಹೊತ್ತ ಡಾಲಿ!

ಇದು ಡಾಲಿಯ ಜನ್ಮದ ಸ್ಥೂಲ ವಿವರ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ ನಾವು ಬರೆದಷ್ಟು ಸುಲಭವಾಗಿ ಜನ್ಮ ತಳೆಯಲಿಲ್ಲ ಡಾಲಿ. ಇಂದಿಗೆ ೧೦ ವರ್ಷಗಳ ಹಿಂದೆ ತೀರಾ ರಹಸ್ಯವಾಗಿ ಆರಂಭವಾದ ಈ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಕೇವಲ ನಾಲ್ಕೇ ನಾಲ್ಕು ಮಂದಿ ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿದ್ದರು. ಇವರು ಈ ಪ್ರಯೋಗವನ್ನು ೨೭೭ ಸಲ ಮಾಡಿದರು. ೨೯ ಸಲ , ಭ್ರೂಣವು ಆರು ದಿನಗಳ ಕಾಲ ಮಾತ್ರ ಬದುಕಿತು. ಕೊನೆಗೆ ಡಾಲಿ ಮಾತ್ರ ದಿನ ತುಂಬಿ ಪಶುವೈದ್ಯರ ನೆರವಿನಿಂದ ಹುಟ್ಟಿತು.

★★★

ಈ ಜಗತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಮಹತ್ತರ ಸಂಶೋಧನೆ ಯಶಸ್ವಿಯಾದಾಗ, ಅದರ ಎರಡು ಮುಖಗಳು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರಿಗೆ ದರ್ಶನವಾಗಿ, ಅವ್ಯಕ್ತ ಭೀತಿ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ. ಪರ ವಿರೋಧ ಚರ್ಚೆಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಡಾಲಿಯ ಜನ್ಮವೂ ವಿಸ್ತೃತ ವಾಗ್ವಾದಗಳಿಗೆ ಎಡೆ ಮಾಡಿಕೊಟ್ಟಿದೆ.

ಮೊದಲ ಪ್ರಶ್ನೆ :

ಡಾಲಿಯ '' ತಂದೆ'' ಯಾರು? ''ತಾಯಿ'' ಯಾರು ? ಕೆಚ್ಚಲಿಂದ ಕೋಶ ನೀಡಿದ ಅಥವಾ ಬೀಜ ರಹಿತ ಅಂಡಾಣುವನ್ನು ನೀಡಿದ ಕುರಿಗಳಂತೂ ತಂದೆತಾಯಿಯರಲ್ಲ. ದಿನ ತುಂಬುವವರಿಗೂ ಗರ್ಭವನ್ನು ಹೊತ್ತ ಕುರಿಯೂ ನಿಜವಾದ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ತಾಯಿಯಲ್ಲ. ಅದು ಗರ್ಭವನ್ನು ಮಾತ್ರ ಹೊತ್ತಿತು ಅಷ್ಟೆ. ಆದರೆ ಗರ್ಭ ಅದರದು ಅಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ. ಅಂದರೆ ಡಾಲಿಯ ನಿಜವಾದ ತಂದೆ-ತಾಯಿ ಯಾರು ? ಕೆಚ್ಚಲ ಕೋಶವನ್ನು ನೀಡಿದ ಕುರಿಯ ತಂದೆ-ತಾಯಿ ಯಾರು?

ಎರಡನೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ :

ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಕೆಚ್ಚಲ ಕೋಶವನ್ನು ನೀಡಿದ ಕುರಿಗೂ ಡಾಲಿಗೂ ಏನು ಸಂಬಂಧ?

ಮಗಳು ಅಲ್ಲವೇ ಅಲ್ಲ- ಇದು ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿದೆ. ತಂಗಿಯೂ ಅಲ್ಲ!

ಕಾರ್ಬನ್ ಕಾಪಿ! ಸ್ಟೆನ್ಸಿಲ್!! ಜೆರಾಕ್ಸ್!!! ಪ್ರತಿರೂಪ. ಕೆಚ್ಚಲ ಕೋಶ ನೀಡಿದ ಕುರಿಯ ಪ್ರತಿರೂಪ. ಅದರ ಅವಳಿ! ಆದರೆ ಈ ಜವಳಿಯ (ಡಾಲಿಯ) ವಯಸ್ಸು ಅವಳಿಗಿಂತ ಆರುವರ್ಷ ಕಡಿಮೆ!!

ಮೂರನೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ :

ಹಾಗಿದ್ದರೆ ಜವಳಿಯ (ಡಾಲಿಯ) ನಿಜವಾದ ವಯಸ್ಸೆಷ್ಟು ? ಡಾಲಿ ಹುಟ್ಟಿದ್ದು ಏಳು ತಿಂಗಳ ಹಿಂದೆ. ನಮ್ಮ ನಿಮ್ಮ ಹಾಗೂ ಇಡೀ ಜಗತ್ತಿನ ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವಯೋಗಣನೆಯ ಪ್ರಕಾರ ಡಾಲಿಯ ವಯಸ್ಸು ಏಳು ತಿಂಗಳು. ಸಂಶಯವೇ ಇಲ್ಲ. ಆದರೆ ಡಾಲಿಯ ಸೃಷ್ಟಿಯಲ್ಲಿ ಬಳಸಿದ ಕೆಚ್ಚಲ ಕೋಶ ಆರುವರ್ಷಗಳ ವಯಸ್ಸಿನ ಕುರಿಯ ದೇಹದಿಂದ ಬಂದದ್ದು. ಅಂದರೆ ಆರು ವರ್ಷಗಳ ಆಯಸ್ಸು ಆ ಕೋಶಕ್ಕೂ ಆಗಿರಲೇ ಬೇಕಲ್ಲವೆ!....ಹಾಗಿದ್ದ ಮೇಲೆ ಡಾಲಿಯ ನಿಜವಾದ ವಯಸ್ಸೆಷ್ಟು?

ನಾಲ್ಕನೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ :

ಡಾಲಿಗೆ ಆರು ವರ್ಷಗಳಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದಾದರೆ ಆಕೆಯ ಬದುಕಿನ ಅವಧಿ (ಲೈಫ್‌ಸ್ಪ್ಯಾನ್) ಕ್ಷೀಣವಾಗುತ್ತದೆಯಲ್ಲ! ಒಂದು ಫಿನ್ ಡಾರ್ಸೆಟ್ ೧೦ ವರ್ಷ ಬದುಕುತ್ತದೆ ಎಂದು ಭಾವಿಸಿದರೆ, ಡಾಲಿ ಇನ್ನು ನಾಲ್ಕು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಯುತ್ತಾಳೆಯೇ?

ಐದನೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ :

ಡಾಲಿಯ ಶೈಶವ, ಬಾಲ್ಯ, ಯೌವನಗಳೆಲ್ಲ ಸಹಜವಾಗಿ ನಡೆಯುತ್ತವೆಯೆ ? ಡಾಲಿಯ ಋತುಚಕ್ರ (ನಿಜಕ್ಕೂ ಅದು ಬೇರೆ ಚಕ್ರ-ಈಸ್ಟ್ರೂಸ್ ಸೈಕಲ್) ಸಹಜವಾಗಿ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆಯೆ? ಸಾಂಪ್ರದಾಯಿಕ ವಿಧಾನದಲ್ಲಿ ಗರ್ಭವನ್ನು ಧರಿಸಬಲ್ಲುದೆ?

ಆರನೆಯ ಪ್ರಶ್ನೆ :

ನಕಲೀಕರಣ ಪ್ರಯೋಗಗಳಲ್ಲಿ DNAಗೆ ಹಾನಿಯಾಗುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಹಾಗಾಗಿ ಈ ಪ್ರಯೋಗದ ೨೯ ಭ್ರೂಣಗಳು ಆರಂಭದಲ್ಲಿಯೇ ಸತ್ತವು. ಡಾಲಿಯ ಯಾವ ಒಂದೂ DNAಗೆ ಹಾನಿಯಾಗಿಲ್ಲವೆ ? DNA ಹಾನಿ ಸಂಬಂಧಿತ ರೋಗಗಳೊಂದೂ ಅದಕ್ಕೆ ಬರುವುದಿಲ್ಲವೆ?

ಇಂತಹ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಇನ್ನೂ ಹಲವು ಹೊರ ಬರಲಿವೆ.

ಓರ್ವ ಶ್ರೀದೇವಿಯಿಂದ ಸಾವಿರಾರು ಶ್ರೀದೇವಿಯರನ್ನು, ಓರ್ವ ಪೂಲನ್‌ದೇವಿಯಿಂದ ಸಾವಿರಾರು ಪೂಲನ್ ದೇವಿಯರನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸುವ ಈ 'ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರ'ರನ್ನು ನಾವು ಬೆಂಬಲಿಸಬೇಕೆ?

ಅಮೆರಿಕದ ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಕ್ಲಿಂಟನ್ ಬೆಂಬಲಿಸಿಲ್ಲ.

ಆದರೆ ಉಳಿದ ದೇಶಗಳು ?

ಕಾಲ ಮಾತ್ರ ಉತ್ತರಿಸಬೇಕು. ■

ಹೊಟ್ಟೆಯೊಳಗಿನ ಜಗತ್ತೂ ಸಹ ಹೊರ ಜಗತ್ತಿನಷ್ಟೇ ಮಾಲಿನ್ಯಪೂರಿತ. ಹಾಗಾಗಿ ಇಂದು ಹುಟ್ಟುತ್ತಿರುವ ಮಕ್ಕಳೆಲ್ಲ, ಗರ್ಭದಿಂದಲೇ ನಾನಾ ವೈಕಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ಬರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ಸತ್ತು ಹುಟ್ಟುವುದು, ಹುಟ್ಟಿದರೂ ನಾನಾ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಂದ ನರಳುವುದು. ಸೀಳು ತುಟಿ, ಸೀಳು ಕಾಲು, ಬೆನ್ನು ಹುರಿಯ ವೈಪರೀತ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಇದರ ಲಕ್ಷಣಗಳು .



ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವುದು ಹೇಗೆ?

ಮಹಾಭಾರತದ ಒಂದು ಪ್ರಸಂಗ. ಕೃಷ್ಣನು ಗರ್ಭಿಣಿಯಾದ ಸುಭದ್ರೆಗೆ ಚಕ್ರವ್ಯೂಹದ ಬಗ್ಗೆ ಹೇಳುತ್ತಾನೆ. ಸುಭದ್ರೆಯ ಗರ್ಭದಲ್ಲಿದ್ದ ಅಭಿಮನ್ಯುವಿನ ಭ್ರೂಣ, ಅದನ್ನು ಕೇಳಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುತ್ತದೆ. ಕೃಷ್ಣನು ಚಕ್ರವ್ಯೂಹವನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರವೇಶಿಸಬೇಕು ಎಂದು ಹೇಳಿ ಮುಗಿಸುವಷ್ಟರಲ್ಲಿ ಸುಭದ್ರೆಗೆ ನಿದ್ರೆ ಬಂದು ಬಿಟ್ಟಿರುತ್ತದೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಚಕ್ರವ್ಯೂಹದಿಂದ ಹೇಗೆ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಂಡು ಬರಬೇಕು ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಕೃಷ್ಣ ಹೇಳುವುದಿಲ್ಲ. ಮುಂದೆಂದಾದರೂ ಒಂದು ದಿನ ಈ ಬಗ್ಗೆ ಕೇಳೋಣವೆಂದು ಸುಮ್ಮನಾಗುತ್ತಾನೆ. ಆ ದಿನ ಎಂದೆಂದಿಗೂ ಬರುವುದೇ ಇಲ್ಲ. ಈ ಅರೆ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಚಕ್ರವ್ಯೂಹವನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ ಅಭಿಮನ್ಯು ಹೇಗೆ ಪ್ರಾಣತೆತ್ತ ಎಂಬ ಕಥೆ ನಿಮಗೆಲ್ಲ ತಿಳಿದಿದೆ.

ಗರ್ಭದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಭ್ರೂಣವು, ತಾಯಿ ಸೇವಿಸುವ ಆಹಾರ, ತಾಯಿಯ ಮಾನಸಿಕ ಸ್ಥಿತಿ, ತಾಯಿ ವಾಸಿಸುವ ಪರಿಸರ, ಹೊರಜಗತ್ತಿನ ಗಾಳಿ, ಬೆಳಕು, ಶಾಖ, ಶಬ್ದಗಳಿಗೆ ಪ್ರತಿ ಸ್ಪಂದಿಸುತ್ತದೆ, ಇವೆಲ್ಲ ಮಗುವಿನ ಮಾನಸಿಕ ಹಾಗೂ ದೈಹಿಕ ಬೆಳವಣಿಗೆಗಳ ಮೇಲೆ ಪ್ರಭಾವ ಬೀರುತ್ತವೆ ಎಂಬ ಸತ್ಯ ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಿಕರಿಗೆ ತಿಳಿದಿತ್ತು.

ಆದರೆ ಇಂದು....

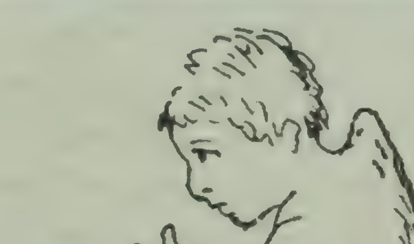
ಸುರಕ್ಷಿತವಾದ ಗರ್ಭಗಳೇ ಇಲ್ಲ!

ಹೊಟ್ಟೆಯೊಳಗಿನ ಜಗತ್ತೂ ಸಹ ಹೊರ ಜಗತ್ತಿನಷ್ಟೇ ಮಾಲಿನ್ಯಪೂರಿತ. ಹಾಗಾಗಿ ಇಂದು ಹುಟ್ಟುತ್ತಿರುವ ಅಭಿಮನ್ಯುಗಳೆಲ್ಲ, ಗರ್ಭದಿಂದಲೇ ನಾನಾ ವೈಕಲ್ಯಗಳನ್ನು ಹೊತ್ತು ಬರುತ್ತಿದ್ದಾರೆ.

ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳೆಂದರೇನು? ಹೆಸರೇ ತಿಳಿಸುವ ಹಾಗೆ, ಇವು ಹುಟ್ಟಿನೊಡನೆ ಬರುವ ದೋಷಗಳು.

ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳ ಫಲವಾಗಿ ಭ್ರೂಣ ನಾಟದಿರಬಹುದು, ಭ್ರೂಣ ಗರ್ಭದಲ್ಲೇ ಮರಣಿಸಬಹುದು, ಸತ್ತು ಹುಟ್ಟಬಹುದು, ಹುಟ್ಟಿದರೂ ನಾನಾ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಂದ ನರಳಬಹುದು.

ಸೀಳು ತುಟಿ, ಸೀಳು ಕಾಲು, ಬೆನ್ನು ಹುರಿಯ



ವೈಪರೀತ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಮಗುವು ಹುಟ್ಟಿದ ಕೂಡಲೇ ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿ ಕಂಡುಬರುತ್ತವೆ. ಹುಟ್ಟಿನಿಂದ ತಪ್ಪಿರುವ ಸೊಂಟಕೀಲು, ಮಗುವು ನಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿ ವಿಫಲವಾದಾಗ ಮಾತ್ರ ತಿಳಿದು ಬರುತ್ತದೆ. ''ಪೇಟಂಟ್ ಡಕ್ಟಸ್ ಆರ್ಟೀರಿಯೋಸಸ್'' ಎಂಬ ಜನ್ಮದತ್ತ ಹೃದಯ ವೈಕಲ್ಯ, ಮಗುವು ಶಾಲೆಗೆ ಹೋಗಲು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ಮಾತ್ರ ನಮ್ಮ ಅರಿವಿಗೆ ಬರಬಹುದು. ''ಹಂಟಿಂಗ್‌ಟನ್ ಕೋರಿಯ', 'ಇಚ್ಛಿತ್ತ ವಿಕಲತೆ' ಮುಂತಾದವು ಸಾಕಷ್ಟು ವಯಸ್ಸಾದ ಮೇಲೆಯೇ ನಮ್ಮ ಗಮನಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ.

ಹೀಗೆ ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳ ವ್ಯಾಪ್ತಿ ವಿಶಾಲವಾಗಿದೆ. ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ಕೇಳಿದ ಮೇಲೆ, ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳೇನು? ಎಂಬ ಪ್ರಶ್ನೆಯು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಮೂಡುತ್ತದೆ.

ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಕ್ಕೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ, ತಳಿ ಸಂಬಂಧಿತ ದೋಷಗಳು ಅಥವಾ GENETIC DISORDERS. ಇದರ ನಂತರದ ಸ್ಥಾನ ಪರಿಸರದ್ದು.

ತಳಿಸಂಬಂಧಿತ ದೋಷಗಳು

ಶೇ. ೧೫ ರಷ್ಟು ತಳಿ ಸಂಬಂಧಿತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ, ಕ್ರೋಮೋಸೋಮ್ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳು. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಡೌನ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿ ಪ್ರಮುಖವಾದದ್ದು.

ಡೌನ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿಯ ಮಗುವು, ೩೫ ವರ್ಷಗಳನ್ನು ಮೀರಿದ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಆದರೆ ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಿ ಇಂತಹ ಮಗುವು ೨೬ ವರ್ಷಗಳಷ್ಟು ಕಿರಿಯ ಹೆಣ್ಣು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲೂ ಜನಿಸಬಹುದು. ಇದಕ್ಕೆ ನಿಖರ ಕಾರಣ ಇನ್ನೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಸಹ ಈ ಸ್ತ್ರೀಯರ ಅಂಡಾಣುಗಳು ಬಹುಬೇಗ ಮುದಿಯಾಗುವ ಕಾರಣ, ಈ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಥೈರಾಯ್ಡ್ ಗ್ರಂಥಿಯ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಿರುವ ಕಾರಣ ಹಾಗೂ ಚಿಕ್ಕ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಯೇ ಹೆಚ್ಚು ಹೆಚ್ಚು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಹೆರುವ ಕಾರಣ, ಭಾರತೀಯರಲ್ಲಿ ಡೌನ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿಯ ಮಗು ಹುಟ್ಟುತ್ತದೆ ಎಂದು ತರ್ಕಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಡೌನ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿಯ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ನಿಯಮಿತ ಪ್ರಸವ ಪೂರ್ವ ತಪಾಸಣೆಗಳಿಂದ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಲು ಸಾಧ್ಯವಿದೆ. ಅಲ್ಟ್ರಾಸೌಂಡ್, ಗರ್ಭಜಲ ಪರೀಕ್ಷೆ, ಗರ್ಭ ಪದರಗಳ ಪರೀಕ್ಷೆ ಇತ್ಯಾದಿಗಳ ನೆರವಿನಿಂದ ಡೌನ್ ಲಕ್ಷಣಾವಳಿಯ ಮಗುವನ್ನು ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು ಅಂತಹ ಗರ್ಭವನ್ನು ಗರ್ಭಪಾತ ಮಾಡಬಹುದು.

ಶೇ. ೩೦ ರಷ್ಟು ತಳಿಸಂಬಂಧಿತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಏಕ ವಂಶವಾಹಿ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ಸಿಂಗಲ್ ಜೀನ್ ಡಿಸಾರ್ಡರ್ಸ್ (Single Gene Disorders) ಗಳು ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ, ಇದುವರೆಗೂ ಸುಮಾರು ೩,೯೦೦ ಏಕವಂಶವಾಹಿ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳನ್ನು ಕಂಡು ಹಿಡಿದಿದ್ದೇವೆ. ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಫೀನೈಲ್ ಕೀಟೋನ್ಯೂರಿಯ, ಗ್ಯಾಲಕ್ಟೋಸೀಮಿಯ, ಹೋಮೋಸಿಸ್ಟಿನ್ಯೂರಿಯ ಇತ್ಯಾದಿಗಳು ಮುಖ್ಯವಾದವು. ಇವುಗಳ ಇರುವಿಕೆಯನ್ನು ಸೂಕ್ತ ತಪಾಸಣೆಗಳಿಂದ ಪತ್ತೆ ಹಚ್ಚಬಹುದು. ಅವಶ್ಯ ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೈಗೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಶೇ. ೫೫ ರಷ್ಟು ತಳಿಸಂಬಂಧಿತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಬಹುವಂಶವಾಹಿ ವೈಪರೀತ್ಯಗಳು ಅಥವಾ ಪಾಲಿ ಜೆನಿಕ್ ಡಿಸಾರ್ಡರ್ಸ್ (POLYGENIC DISORDERS) ಕಾರಣವಾಗುತ್ತವೆ. ಉದಾ : ಸಿಹಿ ಮೂತ್ರರೋಗ, ಅತಿರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಇಚ್ಚಿತ್ತ ವಿಕಲತೆ, ಹೃದಯ ರೋಗಗಳು, ಸೀಳು ತುಟಿ, ಸೀಳು ಕಾಲು, ಬೆನ್ನು ಹುರಿ ವೈಪರೀತ್ಯ ಇತ್ಯಾದಿ. ಇಂತಹ ಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ತಳಿತಜ್ಞರ ಸಲಹೆಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.

ತಳಿಸಂಬಂಧಿತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣಗಳು ಹೇಗೆ ಸಂಭವಿಸುತ್ತವೆ?

ಭಾರತದಲ್ಲಿ ತಳಿಸಂಬಂಧಿತ ವೈಕಲ್ಯಗಳು ಸಂಭವಿಸಲು ಪ್ರಮುಖ ಕಾರಣ, ಸನಿಹ ಸಂಬಂಧೀ ವಿವಾಹಗಳು ಅಥವಾ ಸೋದರಿಕೆಯ ಮದುವೆಗಳು. ಸೋದರಿಕೆಯ ವಿವಾಹಗಳೆಂದರೆ, ಚಿಕ್ಕಮ್ಮನ ಮಗಳು, ಅತ್ತೆಯ ಮಗಳು, ಮಾವನ ಮಗ, ಅಕ್ಕನ ಮಗಳು ಇತ್ಯಾದಿ ಸಂಬಂಧಗಳ ನಡುವೆ ನಡೆಯುವ ಮದುವೆಗಳು. ಇಂತಹವು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಕರ್ನಾಟಕ, ಮಹಾರಾಷ್ಟ್ರ, ಆಂಧ್ರ, ತಮಿಳುನಾಡು ಹಾಗೂ ಕೇರಳದಲ್ಲಿ ನಡೆಯುತ್ತಿವೆ. ಆಸ್ತಿ ಇತರರ ಪಾಲಾಗಬಾರದು ಎಂಬ ಏಕೈಕ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ ಇಂತಹ ಮದುವೆಗಳು ನಡೆಯುತ್ತವೆ. ಆದರೆ ಇಂತಹ ಸಂಬಂಧಗಳಿಂದ ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಯುತ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಗೋತ್ರಗಳಿವೆ. ಗೋತ್ರಗಳ ಸ್ಥಾಪಕರು ಋಷಿಗಳು. ಈ ಋಷಿಗಳ ಸಂತಾನ ಪರಂಪರೆ, ಆ ಋಷಿಯ ಹೆಸರಿನಿಂದ ತನ್ನ ಗೋತ್ರವನ್ನು ಗುರುತಿಸಿ ಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ವಸಿಷ್ಠಗೋತ್ರ, ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರಗೋತ್ರ, ಆಂಗಿರಸ ಗೋತ್ರ ಇತ್ಯಾದಿ. ಈ ಗೋತ್ರಗಳಲ್ಲಿ ಸಗೋತ್ರ ವಿವಾಹ ನಿಷಿದ್ಧ. ಸಗೋತ್ರದಲ್ಲಿ ಮದುವೆಯಾಗುವುದು ಎಂದರೆ ಸೋದರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಮದುವೆಯಾದಂತೆ. ಸಗೋತ್ರ ವಿವಾಹದಿಂದ ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುವುದಿಲ್ಲ ಎಂಬ ಸತ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವದಿಂದ ನಮ್ಮ ಋಷಿಗಳು ಮನಗಂಡಿದ್ದರು. ಹಾಗಾಗಿ ಗೋತ್ರ ಪದ್ಧತಿ ಹಾಗೂ ಸಗೋತ್ರ ವಿವಾಹ ನಿಷೇಧಗಳನ್ನು ಮೂಢನಂಬಿಕೆ ಎಂದು ನಾವು ಜರಿಯಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಇವು ಘನತರ ವೈಜ್ಞಾನಿಕ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳನ್ನು ಆಧರಿಸಿವೆ.

ಗೋತ್ರ ಪದ್ಧತಿ ಹಾಗೂ ಸಗೋತ್ರ ವಿವಾಹ ನಿಷೇಧ ಕೇವಲ ಬ್ರಾಹ್ಮಣರಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲದೇ ಇತರ ಜಾತಿ ಜನರಲ್ಲೂ ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿದೆ ಎಂಬಂಶವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷವಾಗಿ ಸ್ಮರಿಸಬೇಕಾಗಿದೆ.

ನಮ್ಮ ದೇಶದ ಕೆಲವು ಪಂಗಡಗಳಲ್ಲಿ, ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ತಳಿಸಂಬಂಧಿತ ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಕಂಡು ಬರುತ್ತವೆ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ಕಡಲ ರಕ್ತ ಹೀನತೆ (THALASSEMIA). ಇದು ಕುಚ್ಚಿಗಳಲ್ಲಿ, ಲೋಹಾನರಲ್ಲಿ, ಬೋಹರಿಗಳಲ್ಲಿ, ಸಿಂಧಿಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಗೂ ನವಬೌದ್ಧರಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. Hb Dಎಂಬ ಹಿಮೊಗ್ಲೋಬಿನ್ ವೈಪರೀತ್ಯ ಪಂಜಾಬಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಂಡು ಬಂದರೆ, Hb E ಎನ್ನುವುದು ಅಸ್ಸಾಮಿ ಹಾಗೂ ಬಂಗಾಲಿಗಳಲ್ಲಿ ಅಧಿಕವಾಗಿ ಕಾಣಬರುತ್ತದೆ. Hbs ಎನ್ನುವ ವಿಕಲ ಹಿಮೊಗ್ಲೋಬಿನ್, ಅನೇಕ ಬುಡ ಕಟ್ಟು ಜನರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಕಂಡು ಬರುತ್ತದೆ. ಕುಡುಗೋಲು ರಕ್ತಕೊರೆ (SICKLE CELL ANAEMIA) ಸಹ ಬುಡಕಟ್ಟು ಜನರಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯ. ಒಳಪಂಗಡಗಳಲ್ಲಿ ಮದುವೆಯಾಗುವುದನ್ನು ತಪ್ಪಿಸುವುದರಿಂದ ಈ ವೈಕಲ್ಯಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ನಾವು ಮದುವೆಯನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ ಜಾತಕ, ಜಾತಿ, ವಿದ್ಯೆ, ಹಣ, ಸಾಮಾಜಿಕ ಅಂತಸ್ತು ಇತ್ಯಾದಿಗಳಿಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆಯನ್ನು ಕೊಡುತ್ತೇವೆ. ವರ ಅಥವಾ ವಧುವಿಗೆ ಇರಬಹುದಾದ ರೋಗಗಳ ಬಗೆಗೆ ಅಥವಾ ಅವರ ವಂಶದಲ್ಲಿ ಇರಬಹುದಾದ ಆನುವಂಶಿಕ ರೋಗಗಳ ಬಗೆಗೆ, ಅವು ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಬರುವ ಸಂಭವ - ಸಾಧ್ಯತೆಯ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚು ಆಲೋಚಿಸುವುದಿಲ್ಲ. ಉದಾಹರಣೆಗೆ ವರನ ಪಿತೃಗಳು ಹಾಗೂ ವಧುವಿನ ಪಿತೃಗಳು ಸಿಹಿಮೂತ್ರ ರೋಗದಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದರೆ, ಅವರಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೂ ಸಹ ಸಿಹಿಮೂತ್ರ ರೋಗ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯು ಹೆಚ್ಚಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಅಂಶವನ್ನು ನಾನು ಒತ್ತಿ ಹೇಳಿದರೆ ''ಅಯ್ಯೋ ಬಿಡಿ ಡಾಕ್ಟ್ರೆ..... ಮುಖಾಮೂತಿ ನೆಟ್ಟಗಿದ್ದು, ಲಕ್ಷ ಲಕ್ಷ ವರದಕ್ಷಿಣೆ ನೀಡಿದರೂ ಒಳ್ಳೇ ಹುಡುಗ ಸಿಗೋಲ್ಲ.... ಹಾಗಿರೋವಾಗ ನೀವು ಹೇಳಿದ ಹಾಗೆ ಹುಡುಕುತ್ತಾ ಹೋದರೆ ನನ್ನ ಮಗಳಿಗೆ ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಖಂಡಿತ ಮದುವೆ ಆಗಲ್ಲ.'' ಎನ್ನುತ್ತಾರೆ ಕನ್ಯಾಪಿತೃಗಳು.

ಅವರ ಮಾತು ಕಟುಸತ್ಯ ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಭಿನ್ನಾಭಿಪ್ರಾಯಗಳಿಲ್ಲ, ಆದರೆ ಮದುವೆ ಮಾಡಿ ಕೈತೊಳೆದು ಕೊಳ್ಳುವುದು ಮುಖ್ಯವೋ ಅಥವಾ ಆರೋಗ್ಯ ಯುತ ವಂಶವೃಕ್ಷವನ್ನು ಮುಂದುವರಿಸುವುದು ಮುಖ್ಯವೋ? ಎಂಬುದನ್ನು ಪ್ರಜ್ಞಾವಂತರು ಚಿಂತಿಸಲಿ. ಈ ದಿಶೆಯಲ್ಲಿ ಸಮಾಜ ತನ್ನ ಧೋರಣೆ ಯನ್ನು ಬದಲಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಇದುವರೆಗೂ ತಳಿಸಂಬಂಧಿತ ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳ ಬಗೆಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಂಡೆವು. ಈಗ ನಮ್ಮ ಪರಿಸರದಲ್ಲಿರುವ ಹಲವು ಅಂಶಗಳು ಹೇಗೆ ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತಿವೆ ? ಎಂಬುದರ ಬಗ್ಗೆ ಗಮನ ಹರಿಸೋಣ.

ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಪುಷ್ಟಿಕರವಾದ ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಪೋಷಕಾಂಶಗಳ ಕೊರತೆಯಿಂದ ಬೆನ್ನು ಹುರಿಯ ವೈಪರೀತ್ಯದ ಮಕ್ಕಳು ಜನಿಸಬಹುದು.

ಗರ್ಭಿಣಿಯು ಹೊಂದಿರುವ ಸೋಂಕು ರೋಗಗಳು ಮಾಸುವಿನ ಮೂಲಕ ಭ್ರೂಣಕ್ಕೆ ವರ್ಗಾವಣೆಯಾಗಿ, ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಉದಾ : ಜರ್ಮನ್ ದಡಾರ, ಸೈಟೋಮೆಗಾಲೋವೈರಸ್, ಟಾಕ್ಸೋಪ್ಲಾಸ್ಮೊಸಿಸ್, ಸಿಫಿಲಿಸ್ ಹರ್ಪಿಸ್ ಮುಂತಾದ ಸೋಂಕುಗಳು. ಈ ಸೋಂಕುಗಳೊಡನೆ ಗರ್ಭವತಿಯಾದರೆ, ಗರ್ಭ ಪಾತ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಬಗ್ಗೆ ತಮ್ಮ ವೈದ್ಯರೊಂದಿಗೆ ಚರ್ಚಿಸುವುದು ಒಳ್ಳೆಯದು.

ತಾಯಿಯು ಸಿಹಿ ಮೂತ್ರರೋಗ, ಅತಿರಕ್ತದೊತ್ತಡ, ಹೃದಯ ವೈಫಲ್ಯ ಮುಂತಾದ ರೋಗಗಳಿಂದ ನರಳುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅವರಿಗೆ ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಯುತ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚು. ಆದುದರಿಂದ ಅವರು ತಜ್ಞವೈದ್ಯರ ಉಸ್ತುವಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಿಖರ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಯನ್ನು ಪಡೆಯಬೇಕು.

ಆರ್.ಹೆಚ್. ನೆಗೆಟಿವ್ ರಕ್ತವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ವೈಕಲ್ಯಯುತ ಮಗುವು ಹುಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆಯಿರುತ್ತದೆ. ಆದುದರಿಂದ ಎಲ್ಲ ಆರ್.ಹೆಚ್.ನೆಗೆಟಿವ್ ರಕ್ತ ಹೊಂದಿದ ಸ್ತ್ರೀಯರು ವೈದ್ಯರ ಉಸ್ತುವಾರಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಜಿತ ಗರ್ಭಧಾರಣೆ ನಡೆಸುವುದು ಉಚಿತ.

ಗರ್ಭವತಿಯರು ಸೇವಿಸುವ ಔಷಧಗಳು ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಗರ್ಭಿಣಿಯರ ವಾಕರಿಕೆಯನ್ನು ನಿಯಂತ್ರಿಸಲೆಂದೇ ಬಂದ ಥಾಲಿಡೋಮೈಡ್ ಎಂಬ ಔಷಧ ಜರ್ಮನಿಯೊಂದರಲ್ಲೆ ೧೦,೦೦೦ ಅವಯವ ಹೀನ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟಲು ಕಾರಣವಾಯಿತು. ಆದುದರಿಂದ ವೈದ್ಯರ ಸಲಹೆಯಿಲ್ಲದೆ ಯಾವೊಂದು ಔಷಧವನ್ನೂ ಗರ್ಭಿಣಿಯರು ಸೇವಿಸಬಾರದು.

ಸ್ತ್ರೀಯರ ದುಶ್ಚಟಗಳು ಭ್ರೂಣದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರುತ್ತವೆ. ಮದ್ಯಪಾನ ಚಟವನ್ನು ಹೊಂದಿರುವ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ ಕಡಿಮೆ ತೂಕದ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟಬಹುದು ಅಥವಾ ಅಂಗಾಂಗ ಊನತೆಗಳನ್ನು ಹೊಂದಿರಬಹುದು.

ತಾಯಿ ಸೇದುವ ಸಿಗರೇಟಿನಲ್ಲಿರುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುಗಳು ಭ್ರೂಣದ ಒಡಲಲ್ಲಿ ತಿಂಗಳುಗಟ್ಟಲೆ ಉಳಿಯುತ್ತವೆ. ಅದರ ಫಲವಾಗಿ

ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಲು ಕೆಲವು ಸಲಹೆಗಳು

★ ಸೋದರಿಕೆಯ ವಿವಾಹವನ್ನು ನಿಲ್ಲಿಸೋಣ.

★ ಗೋತ್ರ ಸಿದ್ಧಾಂತಕ್ಕೆ ಬೆಲೆ ಕೊಡೋಣ.

★ ೧೮ ವರ್ಷಗಳಿಗಿಂತ ಮೊದಲು ೩೫ ವರ್ಷಗಳ ನಂತರ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಡೆಯದಿರೋಣ.

★ ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯ ಸಂಭವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಿರುವ ಸಂದರ್ಭಗಳಲ್ಲಿ ತಳಿತಜ್ಞರ ಸಲಹೆ ಪಡೆಯೋಣ.

★ ಮದುವೆಯನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ, ಕುಟುಂಬ ಗಳಲ್ಲಿರುವ ಆನುವಂಶಿಕ ರೋಗಗಳ ಬಗ್ಗೆ ತುಸು ಗಮನ ಹರಿಸೋಣ.

★ ಗರ್ಭವತಿಯರ ಆರೋಗ್ಯ ತಪಾಸಣೆಯನ್ನು ನಿಯಮಿತವಾಗಿ ನಡೆಸಿ, ಆಕೆಯ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಕೊಡಿಸೋಣ.

★ ದುಶ್ಚಟಗಳಿಂದ ದೂರವಿರುವಂತೆ ತಾಯಂ ದಿರಿಗೆ ಕಿವಿಮಾತು ಹೇಳೋಣ. ಈ ಮಾತು ಪುರುಷ ರಿಗೂ ಅನ್ವಯಿಸುತ್ತದೆ ಎಂಬುದನ್ನು ಮರೆಯದಿ ರೋಣ.

★ ವಿಕಿರಣಗಳಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ರಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳೋಣ.

★ ವೃತ್ತಿ ಸಂಬಂಧಿತ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಸಂಭವಿಸಬಹುದಾದ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಸಂಗ್ರಹಿಸೋಣ ಹಾಗೂ ಸೂಕ್ತ ಮುನ್ನೆಚ್ಚರಿಕೆಯನ್ನು ವಹಿಸೋಣ.

★ ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯತೆ ಬೆಳೆಯುವ ಭ್ರೂಣಕ್ಕೆ ಮಾರಕ. ವೈಯುಕ್ತಿಕವಾಗಿ ಮಾಲಿನ್ಯತೆಯನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸದಿರೋಣ. ಪರಿಸರ ಮಾಲಿನ್ಯ ನಿಯಂತ್ರಿಸಲು ಸರ್ಕಾರದ ಮೇಲೆ ಒತ್ತಡವನ್ನು ತರೋಣ.

★ ಗರ್ಭಿಣಿ ಸ್ತ್ರೀಯರು ಪೌಷ್ಠಿಕ ಆಹಾರವನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಸೃಜನಾತ್ಮಕ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗ ಬೇಕು. ದೈಹಿಕ, ಮಾನಸಿಕ , ಸಾಮಾಜಿಕ ಹಾಗೂ ಆಧ್ಯಾತ್ಮಿಕ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಆಗ ಮಾತ್ರ.... ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಯುತ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುವುದನ್ನು ಸಾಕಷ್ಟು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು. ಆರೋಗ್ಯವಂತ ಮಕ್ಕಳನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.

ನವಜಾತ ಶಿಶುಗಳು ಸಾಯಬಹುದು. ಉಸಿರಾಡಲು ಕಷ್ಟಪಡ ಬಹುದು. SUDDEN INFANT DEATH SYNDROME ಎಂಬ ತೊಟ್ಟಿಲ ಸಾವು ಹೆಚ್ಚು ಸಂಭವಿಸಬಹುದು.

ಧೂಮದಲ್ಲಿರುವ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತುಗಳು, ಮಗುವು ಬೆಳೆದು ವಯಸ್ಕನಾದ ಮೇಲೆ, ಅನೇಕ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. BENZ-O-PYRENEಎಂಬ ರಾಸಾಯನಿಕ ವಸ್ತು ಚರ್ಮ ಹಾಗೂ ಶ್ವಾಸಕೋಶ ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ತಂದರೆ 4-AMINO B1-PHENYL ಎಂಬುದು ಮೂತ್ರಾಶಯ ಕ್ಯಾನ್ಸರನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡ ಬಹುದು. ACRYLO NITRILE ಎಂಬುದು ಯಕೃತ್ ಕ್ಯಾನ್ಸರಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು.

ತಾಯಿಯಾದವಳು ದುಶ್ಚಟಗಳಿಂದ ದೂರ ವಿರಬೇಕು.

ವಿಕಿರಣಗಳು ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯಗಳಿಗೆ ಕಾರಣ ವಾಗುತ್ತವೆ ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಈಗ ಯಾವುದೇ ಸಂಶ ಯವಿಲ್ಲ.

X-ರೇಗಳು ಅಂಗವೈಕಲ್ಯವನ್ನುಂಟು ಮಾಡು ತ್ತವೆ. ಜಪಾನಿನ ಮೇಲೆ ಪ್ರಯೋಗವಾದ ಪರ ಮಾಣು ಬಾಂಬಿನ ಫಲವಾಗಿ ಇಂದಿಗೂ ಅಲ್ಲಿ ಅಂಗವಿಕಲ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತಿವೆ. ಚೆರ್ನೋಬಿಲ್ ದುರಂತದಲ್ಲಿ ಐಸೋಟೋಪ್ ಸೀಸಿಯಂ೧೩೭ ವಿಪುಲವಾಗಿ ಹರಡಿತು. ಮಾನವ ದೇಹವು ಸೀಸಿ ಯಂನನ್ನು ಪೊಟಾಸಿಯಂನಂತೆಯೇ ಭಾವಿಸುವು ದರಿಂದ, ತಳಿ ಉತ್ಪರಿವರ್ತನೆ ಸಂಭವಿಸಿ ಅಂಗ ವಿಕಲ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತಿವೆ.

ಹೈಟೆನ್‌ಶನ್ ತಂತಿಗಳಿಂದ ಹೊರಡುವ ವಿದ್ಯುತ್ ಅಯಸ್ಕಾಂತ ಅಲೆಗಳು ರಕ್ತದ ಕ್ಯಾನ್ಸ ರನ್ನು ಶಿಶುಗಳಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಿಸಬಹುದು. ಹಾಗಾಗಿ ಈ ತಂತಿಗಳ ಸಮೀಪದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸಬಾರದು.

ವಿದೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಚಳಿಗೆ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಂಬಳಿ ಗಳನ್ನು ಹೊದ್ದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಾರೆ. ಗರ್ಭವತಿಯರು ಪ್ರಥಮ ತ್ರೈಮಾಸದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುತ್ ಕಂಬಳಿಗಳನ್ನು ಬಳಸಿದರೆ, ಅವರ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಕ್ಯಾನ್ಸರ್ ಬರುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಶೇಕಡಾ ೩೦ ರಷ್ಟು ಹೆಚ್ಚುತ್ತದೆ.

ಇಂದಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿಕಂಪ್ಯೂಟರ್ ಪ್ರವೇಶಿಸದ ಕ್ಷೇತ್ರವೇ ಇಲ್ಲ. ಕಂಪ್ಯೂಟರಿನಿಂದ ಹೊರಡುವ ವಿದ್ಯುತ್ ಅಯಸ್ಕಾಂತ ಅಲೆಗಳು ೮-೧೫ ವಾರ ಗಳ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಬೀರಬಹುದು.

ಅತಿಯಾದ ಕೈಗಾರಿಕೀಕರಣವು ಜನ್ಮದತ್ತ ವೈಕಲ್ಯ ಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗುತ್ತದೆ ಎಂಬುದಕ್ಕೆ ಸಾಕಷ್ಟು ಪುರಾವೆಗಳಿವೆ. ಸೀಸದೊಡನೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವವರಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವ ಮಕ್ಕಳು ಬುದ್ಧಿ ಮಾಂದ್ಯತೆ, ಸೆಳವು, ಅಂಗ ಹೀನತೆಗಳಿಂದ ನರಳಬಹುದು. ಸೀಸವು ಪುರುಷನ ಶುಕ್ರಾಣುಗಳ ಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಕಡಿಮೆ ಮಾಡುತ್ತದೆ.

ಕ್ಯಾಡ್ಮಿಯಂ ತಾಯಿಯಿಂದ ಆಹಾರಾಂಶಗಳು ಭ್ರೂಣವನ್ನು ತಲುಪದಂತೆ ತಡೆಯುತ್ತವೆ. ಇದರಿಂದ ಭ್ರೂಣದ ಮಿದುಳು ಹಾಗೂ ಮೂಳೆಗಳು ಸರಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ.

ಪಾದರಸದ ಸಂಯುಕ್ತ ಮೀಥೈಲ್ ಮರ್ಕ್ಯುರಿ ಬೆರೆತ ನೀರಲ್ಲಿರುವ ಮೀನನ್ನು ತಿಂದುದರ ಫಲವಾಗಿ ''ಮೀನಮಾಟ ರೋಗವು'' ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ಗುರಿಯಾದ ಮಕ್ಕಳು ಬುದ್ಧಿ ಮಾಂದ್ಯ ಕಿವುಡುತನ, ಕುರುಡುತನದಿಂದ ನರಳು ತ್ತವೆ.

ಪಾಲಿ ಕ್ಲೋರಿನೇಟೆಡ್ ಬೈ ಫೀನೈಲ್ ಜಪಾ ನಿನಲ್ಲಿ ''ಯಾಶೂ ರೋಗಕ್ಕೆ'' ಕಾರಣ ವಾಗಿದೆ. ಈ ರೋಗಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾದ ಮಕ್ಕಳ ಕಪಾಲ, ಹಲ್ಲು ಹಾಗೂ ಮೂಳೆ ಸರಿಯಾಗಿ ಬೆಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ.

ನಮ್ಮ ಆಹಾರ, ನೀರು, ಗಾಳಿಗಳಲ್ಲಿರುವ ಡಿ. ಡಿ. ಟಿ, ಡಿಬಿಸಿಪಿ ಲಿಂಡೇನ್, ಡೈ ಎಲ್ಡ್ರಿನ್, ಹೆಪಾಟೋಕ್ಲೋರ್‌ಗಳು ಸ್ತ್ರೀ ಪುರುಷರ ಶುಕ್ರಾಣು ಹಾಗೂ ಅಂಡಾಣುಗಳ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರಿ ಫಲವಂತಿಕೆಯನ್ನು ಕುಗ್ಗಿಸುತ್ತವೆ.

ಭೂಪಾಲ್‌ನ ಮೀಥೈಲ್ ಐಸೋ ಸಯ ನೈಡ್‌ನ ದುರಂತವು ವಿಶ್ವಕುಖ್ಯಾತ. ಈ ಅನಿಲಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾದವರಿಗೆ ಹುಟ್ಟುವ ಮಕ್ಕಳ ಹೃದಯದಲ್ಲಿ ರಂಧ್ರಗಳು ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಕಂಡು ಬರುತ್ತಿವೆ.

ಆಪರೇಶನ್ ಥಿಯೇಟರಿನೊಳಗೆ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವ ಸ್ತ್ರೀಯರು ವಿವಿಧ ಅವಳಿಕೆಯ ಅನಿಲ ಗಳಿಗೆ ಗುರಿಯಾಗುತ್ತಾರೆ. ಹಾಗಾಗಿ ಸ್ತ್ರೀ ವೈದ್ಯ ರನ್ನೊಳಗೊಂಡಂತೆ ಎಲ್ಲ ಮಹಿಳೆಯರಲ್ಲಿ ಗರ್ಭ ಸ್ರಾವಗಳು ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿವೆ. ಅಂಗವಿಕಲ ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುವ ಸಂಭವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಅಧಿಕವಾಗುತ್ತಿದೆ.

ತಾಯಿ ಇರುವ ಪರಿಸರದ ಶಬ್ದಗಳೂ ಸಹ ಭ್ರೂಣದ ಮೇಲೆ ದುಷ್ಪರಿಣಾಮ ಬೀರುತ್ತವೆ. ತಾಯಿಯು ಕರ್ಕಶವಾದ ರಾಕ್ ಸಂಗೀತವನ್ನು ಕೇಳಿದರೆ, ಭ್ರೂಣವು ಅದನ್ನು ಕೇಳಲಾರದೆ ಚಡಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅದೇ ಮೋಜಾರ್ಟ್, ವಿವಾಲ್ಡಿಯ ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಸಂಗೀತವನ್ನು ನುಡಿಸಿದರೆ ನೆಮ್ಮದಿಯಿಂದ ಆಲಿಸುತ್ತದೆ. ನಿರಂತರವಾಗಿ ರಾಕ್ ಸಂಗೀತ ಕೇಳುವ ತಾಯಂದಿರಿಗೆ, ಕಿವುಡು ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟುವ ಸಾಧ್ಯತೆ ಹೆಚ್ಚಾಗಿರುತ್ತದೆ.

ಅಭಿಮನ್ಯುವಿನ ಕಥೆಯು ನಿಜವ್ರೋ ಸುಳ್ಳೋ, ಅದು ನಮಗೆ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಈ ಕಥೆಯ ಹಿಂದಿರುವ ಸಿದ್ಧಾಂತ ಸುಳ್ಳಲ್ಲ ಎಂಬುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದೇ ಸಂದೇಹವಿಲ್ಲ. ●

• ಡಾ॥ ವಸಂತ ಕುಲಕರ್ಣಿ ಎಂ.ಡಿ.



''ಅಸ್ತಮಾ'' ಕುರಿತು ರೈತರಿಗೆ ಕಿವಿಮಾತುಗಳು

''ಅಸ್ತಮಾ'' ಒಂದು ಸಾಮಾನ್ಯವಾದ ಎದೆ ಗೂಡಿನಲ್ಲಿ ಎಡ-ಬಲಗಳಲ್ಲಿರುವ ಪುಪ್ಪಸಗಳಿಗೆ ಬರುವ ತೊಂದರೆ. ಅಸ್ತಮಾ ಎಂದು ಇಂಗ್ಲಿಷ್ ನಲ್ಲಿ ಕರೆಯಲ್ಪಡುವ ಈ ವ್ಯಾಧಿಗೆ ಉಬ್ಬಸ ರೋಗ, ದಮ್ಮು, ಗೂರಲುರೋಗಗಳೆಂದು ಪರ್ಯಾಯ ಅರ್ಥ. ಪುಪ್ಪಸಗಳಲ್ಲಿ ಟಿಸಿಲುಗಳಾಗಿ ಒಡೆದಿರುವ ಉಸಿರುನಾಳಗಳು ಸಂಕುಚಿತಗೊಳ್ಳುವುದರಿಂದ, ಉಸಿರಾಟಕ್ಕೆ ತೊಂದರೆಯಾಗುವುದು. ಉಸಿರು ಬಿಡುವುದೇ ತೊಂದರೆಯಾಗಿ- ರೋಗಿಯ ಶ್ವಾಸೋಚ್ಛ್ವಾಸಕ್ಕೆ ಒದ್ದಾಡುವನು. ಇದೊಂದು ಅಲರ್ಜಿ ಯಿಂದ ಬರುವ ರೋಗವು. ದೇಹಕ್ಕೆ ಒಗ್ಗದ ಬಾಹ್ಯ ವಸ್ತು ಉಸಿರಾಟ ಮಂಡಲ ಸೇರಿದಾಗ ಶ್ವಾಸಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ತೊಂದರೆಯಿಂದ 'ಅಸ್ತಮಾ' ತೋರಲ್ಪಡುವುದು.

೧) ರೈತರು ಹಾಗೂ ಕೃಷಿ ಕಾರ್ಮಿಕರು ದೈಹಿಕ ಪರಿಶ್ರಮದ ಕೆಲಸಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದೇ ಹೆಚ್ಚು. ತುಂಬಿದ ಚೀಲಗಳನ್ನು ಎತ್ತುವುದು, ದನಗಳನ್ನು ಹಿಂಬಾಲಿಸುವುದೂ ಅಲ್ಲದೆ, ಓಡುವ ಪರಿಶ್ರಮದ ಕೆಲಸಗಳು 'ತೇಕು' ತಂದು 'ಅಸ್ತಮಾ' ಲಕ್ಷಣಗಳಾದ ಕೆಮ್ಮು, ಲೋಳೆಯಂಥ ಕಫ, ಸುಂಯ್, ಸುಯ್, ಎಂಬ ಶಬ್ದದೊಡನೆ ಉಸಿರಾಟದ ತೊಂದರೆ ತಂದರೆ ತಕ್ಷಣ ಪರಿಶ್ರಮದ ಕೆಲಸ ಬಿಟ್ಟು ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಪಡೆಯ ಬೇಕು. ಸಾಧ್ಯವಿದ್ದಷ್ಟು ಅವುಗಳನ್ನು ತ್ಯಜಿಸಬೇಕು.

೨) ವಿಪರೀತ ಚಳಿಯಗಾಳಿಯಲ್ಲಿ ಮತ್ತು ಆರ್ದ್ರ ಹವೆಯ ವಾತಾವರಣದಲ್ಲಿ ತೇವಾಂಶ ಹೆಚ್ಚಿಗೆ ಇರುವುದರಿಂದ 'ಅಸ್ತಮಾ' ಉಲ್ಬಣಗೊಳ್ಳಲು ಅಥವಾ ಕೂಡಲೇ ಪ್ರಕಟಗೊಳ್ಳಲು ತುಂಬ ಸಹಾಯಕವಾಗು ವುದರಿಂದ ರೈತರು ತಕ್ಷಣ ರಕ್ಷಣಾ ಅಥವಾ ಮುಂಜಾಗ್ರತಾ ಕ್ರಮವಾಗಿ ಬೆಚ್ಚನೆಯ ಬಟ್ಟೆಗಳನ್ನು ತೊಡಬೇಕು. ಇಬ್ಬರಲ್ಲಿ ತಂದೆ-ತಾಯಿ ಒಬ್ಬರು ಅಸ್ತಮಾ ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ಮಗುವಿಗೆ ಅದು ಅನು ವಂಶಿಕವಾಗಿ ಬರಲು ಸಾಧ್ಯತೆಯಿದೆ.

೩) ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಮನೆಯ ಧೂಳು, 'ಅಸ್ತಮಾ' ಬರಲು ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಇಲ್ಲವೆ ದನದ ಕೊಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಕಸಗುಡಿಸುವಾಗ ದನದ ಸೆಗಣಿಯ ಧೂಳು ಮೂಗುಸೇರಿ 'ಅಸ್ತಮಾ' ತೊಂದರೆ ತರುವುದು. ಮೂಗಿಗೆ ಅರಿವೆ ಕಟ್ಟಿಕೊಂಡು ಕಸಗುಡಿಸುವುದು ಉತ್ತಮ. ನಾಯಿ, ಬೆಕ್ಕುಗಳ ಚರ್ಮದಿಂದ ಉದರುವ ಹೊಟ್ಟು, ಅಲ್ಲದೆ ಕುದುರೆಯಿಂದ ಉದ ರುವ ಧೂಳು ಒಳಸೇರಿ ಅಲರ್ಜಿಯಿಂದ 'ಅಸ್ತಮಾ' ತರಬಹುದು. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಂತಹ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದಷ್ಟು ಉತ್ತಮ. ಒಮ್ಮೊಮ್ಮೆ ಅವುಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಕಣ್ಣು ಕೆಂಪಗಾಗಿ, ತುರಿಕೆಯುಂಟಾಗಿ ನೆಗಡಿ ಬಂದಂತಾಗಿ ನಂತರ ತೇಕು ಬರಬಹುದು. ಪ್ರಾಣಿಗಳ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದ ಬಂದ ಕಾರಣವೆಂದು ಗೊತ್ತಾದರೆ, ತಕ್ಷಣ ಅವುಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದಷ್ಟು ಒಳಿತು.

೪) ಸತ್ತ ಕೀಟಗಳ ದೇಹದ ಅಂಶಗಳು ಅಲರ್ಜಿಯುಂಟು ಮಾಡಲು ಕಾರಣವಾದರೆ, ಕೆಲವು ಪುಷ್ಪಗಳ ಪರಾಗಗಳು ಕೂಡ ಪುಪ್ಪಸಗಳ ಅಲರ್ಜಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಬಹುದು. ಕೃತಕ ಪರಾಗ ಸ್ಪರ್ಶಮಾಡಲು ಕೈಗೆ ಅರಿವೆ ಸುತ್ತಿಕೊಂಡು ಸೂರ್ಯಕಾಂತಿ ಪುಷ್ಪ ಸವರಿ ದಾಗ 'ಅಸ್ತಮಾ'' ಬಂದ ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಹೂವಿನ ಸುವಾಸನೆ ನೋಡಿದಾಗ ತೊಂದರೆ ಬರಬಹುದು. ರಾಶಿ ಮಾಡುವ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತೂರುವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಹೊರ ಬೀಳುವ ಸುಂಕದ ಧೂಳು ಕೂಡ 'ಅಸ್ತಮ' ತಂದ ಪ್ರಕರಣಗಳನ್ನು ಕಾಣಬಹುದು. ಅಂತಹ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಆದಷ್ಟು ಪರಾಗ ಹಾಗೂ ಸುಂಕು ಕಣಗಳಿಂದ ದೂರವಿದ್ದರೆ ಒಳಿತು.

೫) ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಸರ್ವೇಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಎಲ್ಲೆಡೆಗೆ ಕಾಣುವ ತೊಂದರೆಯೆಂದರೆ, ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಕಸ. ಗಜ್ಜರಿ ಕಸವೆಂದು ಪರಿಚಿತವಿರುವ ಆ ಕಸದ ಪೀಡನೆಯು ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಅಲರ್ಜಿಯುಂಟು ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸಿದೆ. ಈ ಕಸದಲ್ಲಿ ಹಾದು ಬಂದಾಗ ಅಥವಾ ಅದನ್ನು ಕಿತ್ತಾಗ ಬರುವ ತೊಂದ ರೆಯ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಅನೇಕ. ನೆಗಡಿ, ಮೈ ತುರಿಕೆಯಿಂದ ಕೆಂಪಗಾಗುವುದು, ಅಲ್ಲದೆ ಚರ್ಮದಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿ ಕಪ್ಪು ಕರೆಯುಂಟಾಗಿ ನಂತರ ಅಸ್ತಮಾ ಉಂಟು ಮಾಡಿದ ಅನೇಕ ಪ್ರಸಂಗಗಳಿವೆ. ಅಂತಹವರು ಆದಷ್ಟು ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ಕಸ ಅಥವಾ ಪಾರ್ಥೇನಿಯಂ ಕೀಳುವಾಗ ಎಚ್ಚರವಹಿಸಬೇಕು. ಅಸ್ತಮಾ ಲಕ್ಷಣಗಳು ಕಂಡು ಬಂದಲ್ಲಿ, ಅದರಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು. ಪಾರ್ಥೇನಿಯಂ ಕಸ ಕೆಲವು ಬಾರಿ ಪ್ರಾಣಾಂತಿಕವಾದ ಉದಾಹರಣೆಗಳಿವೆ.

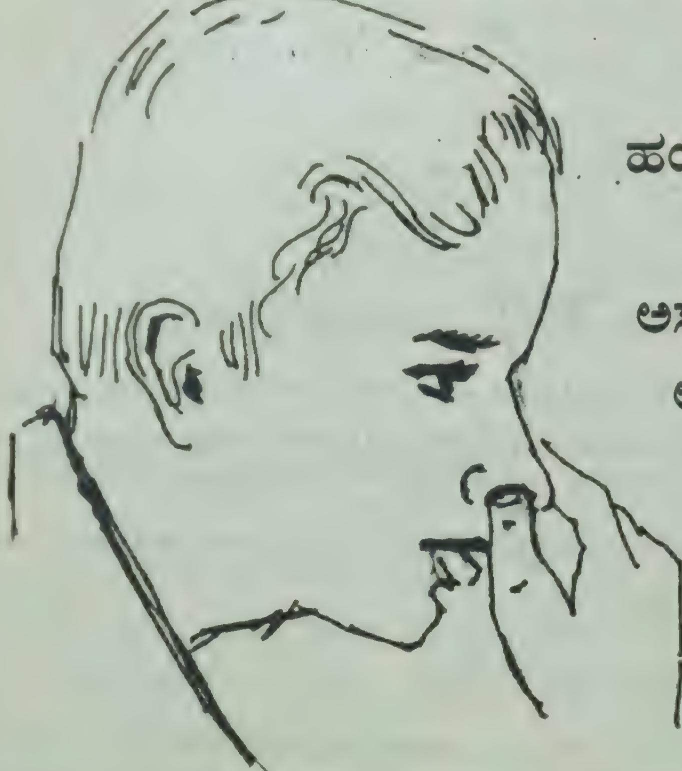
೬) ರೈತರು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಕೀಟನಾಶಕಗಳು ಹಾಗೂ ರಾಸಾಯನಿಕ ಗೊಬ್ಬರಗಳು ಸಿಂಪಡಣೆಯ ನಂತರ ಅಲರ್ಜಿಯ ಲಕ್ಷಣಗಳಲ್ಲಿ ತೋರಲ್ಪಟ್ಟಿವೆ. ಅವುಗಳನ್ನು ಬಳಸುವ ಕೆಲಸದ ನಂತರ ಮೈ ಕೈಯನ್ನು ಸ್ವಚ್ಛವಾಗಿ ತೊಳೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕಲ್ಲದೆ, ತೀವ್ರವಾಗಿದ್ದರೆ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಪರೀಕ್ಷಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹತ್ತಿಯಿಂದ ಹೊರಬಿದ್ದ ಹಾರುವ ಸೂಕ್ಷ್ಮ ತಂತುಗಳು ಕೂಡ ಉಬ್ಬಸ ರೋಗ ತರಬಲ್ಲವು.

ಚಳಿಗಾಗಿ ರಕ್ಷಿಸಲು ಬೆಂಕಿಯ ಮುಂದೆ ಕಂಬಳಿ ಹೊದ್ದುಕೊಂಡು ಕುಳಿತ ರೈತನೊಬ್ಬನಿಗೆ ಕಂಬಳಿಯ ಧೂಳಿನಿಂದ ಅಸ್ತಮಾ ಬಂದ ಉದಾಹರಣೆಯಿದೆ. ಅಸ್ತಮಾ ತೀವ್ರತೆ ರೋಗಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದೇ ತೆರನಾಗಿ ಇರದೆ, ಕಾಲಕಾಲಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚು ಕಡಿಮೆಯಾಗಬಹುದು.

೭) ಧೂಮಪಾನ, ನಶ್ಯಸೇವನೆ ಮುಂತಾದವುಗಳು ಅಸ್ತಮಾ ಪ್ರಚೋದನೆಗೆ ಪ್ರಬಲ ಕಾರಣಗಳು ಅದರಲ್ಲೂ ಬೀಡಿ ಚಿಲುಮೆ ಸೇವನೆ ಕೆಮ್ಮು ಉಂಟು ಮಾಡಿ, ತೇಕು ತಂದ ಸಾಕಷ್ಟು ಉದಾಹರಣೆಗಳು ಅಸ್ತಮಾಕ್ಕೆ ತಿರುಗಿವೆ. ಆದಷ್ಟು ಧೂಮಪಾನ ಚಟದಿಂದ ದೂರವಿರುವುದು ಒಳಿತು.

೮) ಕಾತುರತೆ ಮನೋದ್ವೇಗಗಳು ಅಸ್ತಮಾ ಉದ್ಭವಿಸುವ ಮೂಲ ಕಾರಣಗಳು. ರೈತರು ಎಡೆ ಬಿಡದೆ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದರಿಂದ ಅಸ್ತಮಾ ಬರಬಹುದು. ಒತ್ತಡದ ಮನವು ಕೂಡ ಅಸ್ತಮಾ ತರಬಲ್ಲದು. ಮನಸ್ಸಿನ ಸಮತೋಲನ ಕಾಯ್ದುಕೊಂಡು ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದರಿಂದ ಅಸ್ತಮಾವನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು.

ಗುಳಿಗೆ ತಯಾರಿಸುವ ಮನುಷ್ಯ ಯಂತ್ರಗಳು.



ಬೆರಳನ್ನು ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ ಹಂಕು ಸಿಕ್ಕ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಹೊರಗೆ ತರುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಅನೇಕರು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದೊಂದು ನೋಡಲು ಅಸಹ್ಯವೆನಿಸುವ ಹೊಲಸು ಚಟ. ಆದರೂ ಅದರ ಭೀಕರತೆಯ ಅರಿವು ಅನೇಕರಿಗೆ ಇಲ್ಲ. ತಿಳುವಳಿಕೆ ಬಂದರೆ ಜನರು ಅಂಥ ಕಶ್ಮಲ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.

ನೀವು ಇಂಥ ಯಂತ್ರಗಳನ್ನು ನೋಡಿರಲೇ ಬೇಕು. ಅದೇಕೆ ನಮ್ಮಲ್ಲಿಯ ಅನೇಕರು ತಾವು ಯಂತ್ರ ಗಳಂತೆ ಗುಳಿಗೆ ತಯಾರಿಸಿರಲೂ ಸಾಕು. ಈ ಮಾನವ ಯಂತ್ರಗಳು ನಿಮಗೆ ಎಲ್ಲ ಕಡೆಗೂ ಸಿಗುತ್ತವೆ. ಶಾಲೆಯಲ್ಲಿಯ ಶಿಷ್ಯರಲ್ಲಿ, ಶಾಲೆಯ ವಿದ್ಯಾಭ್ಯಾಸಗಳಲ್ಲಿ, ಕಛೇರಿಗಳಲ್ಲಿ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ, ವಿದ್ಯಾವಂತರಲ್ಲಿ, ದೊಡ್ಡ-ಸಣ್ಣ ಹುದ್ದೆ ಗಳಲ್ಲಿರುವವರಲ್ಲಿ ಈ ಯಂತ್ರಗಳು ಸಿಗುವವು.

ಗುಳಿಗೆಗಳು ಅತೀ ಚಿಕ್ಕವಾಗಿರಬಹುದು, ಅಥವಾ ಜೋಳದ ಕಾಳಿನಷ್ಟು ದೊಡ್ಡವಾಗಿರಲೂ ಸಾಕು. ಗುಳಿಗೆಗಳು ಸುಮಾರಾಗಿ ಹೆಬ್ಬೆರಳು ಹಾಗೂ ತೋರು ಬೆರಳುಗಳ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದ ಆಗುತ್ತವೆ, ಗುಳಿಗೆ ತಯಾರಿಸುವ ಕಚ್ಚಾ ಪದಾರ್ಥ ಎಂದರೆ ಮೂಗಿನಲ್ಲಿಯ ಹಂಕು.

ಮಾನವ ಯಂತ್ರಗಳು ಮೂಗಿನ ಒಂದು ಹೊರಳೆಯಲ್ಲಿ ಬೆರಳನ್ನು ಸೇರಿಸುವವು, ಬೆರಳನ್ನು ಸುತ್ತಲೂ ತಿರುವಿ ಹಂಕು ಎಲ್ಲಿದೆ ಎಂದು ಪತ್ತೆ ಮಾಡುವವು. ಅದು ಎಷ್ಟೇ ಜಿಗುಟಾಗಿ ಅಂಟಿದ್ದರೂ, ಒದ್ದಾಡಿ ಅದನ್ನು ತಲುಪುವವು, ಕೈಬೆರಳಿನಿಂದ ಅದನ್ನು ಎಳೆದೆಳೆದು ಹೊರತೆಗೆಯುವವು. ಅದು ಹೊರ ಬಂದಾದ ಮೇಲೆ ಚೆಲ್ಲಿ ಕೈಯನ್ನು ತೊಳೆಯುವ ಗೋಜಿಗೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪುಕ್ಕಟ್ಟೆಯಾಗಿ ಬಂದ ಮೂಗಿನ ಹಂಕನ್ನು ಮಾನವ ಯಂತ್ರಗಳು ಮೊದಲು ನೋಡುತ್ತವೆ. ನೋಡಿ ಅದನ್ನು ತಿಕ್ಕ ತೊಡಗುತ್ತವೆ. ತಿಕ್ಕುವಿಕೆ ಕೈ ತೋರಬೆರಳು ಹಾಗೂ ಹೆಬ್ಬೆರಳುಗಳ ಮಧ್ಯೆ ನಡೆಯುತ್ತದೆ. ಗುಳಿಗೆ ತಯಾರಾದರೂ ಈ ಯಂತ್ರಗಳು ಅದನ್ನು ಬೇಗನೇ ಚೆಲ್ಲುವುದಿಲ್ಲ. ಬೆರಳುಗಳ ನಡುವೆ ಓಡಾಡಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುವವರು. ನಡುನಡುವೆ ಅದನ್ನು ನೋಡುವರು ಮತ್ತೆ ಓಡಾಡಿ ಸುವರು. ಹಂಕಿನ ಗುಳಿಗೆ ಗುಂಡಗಾದ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಒಲ್ಲದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ಚೆಲ್ಲು ವರು, ಚೆಲ್ಲುವ ಸ್ಥಳ ಇಂಥದೇ ಎಂದು ಹೇಳಲು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ದೇವರ ಗುಡಿ ಇರಬಹುದು, ಕಛೇರಿ ಇರಬಹುದು, ಶಾಲೆ ಇರಬಹುದು, ಊಟದ ಮನೆಯಾಗಿರಬಹುದು.

ಹೆಂಕು ತಿನ್ನುವವನು.......ಎಂದರೆ ಅತಿ ಜಿಪುಣ.

ಹಂಕು ಎಂದರೆ ಉತ್ತರ ಕರ್ನಾಟಕದವರಿಗೆ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತದೆ. ಬಹುಶಃ ಮೈಸೂರು-ಮಂಗಳೂರಿಗರಿಗೆ ಸ್ವಲ್ಪ ಅಡಚಣೆ ಅನಿಸಬಹುದು. ಮೂಗಿನೊಳಗೆ ಒಣಗಿ ಮೇಣದಂತಾಗಲೀ, ಬಿರುಸಾಗಿಯಾಗಲೀ ಆದ ಒಣಗಿದ ಲೋಳೆ ಅಥವಾ ಸಿಂಬಳ, ಇದನ್ನು ಹಕ್ಕಳೆ ಎಂದೂ ಹೇಳಬಹುದು.

ಬೆರಳನ್ನು ಮೂಗಿನಲ್ಲಿ ಸೇರಿಸಿ, ಹಂಕನ್ನು ಅರಸುತ್ತ, ಸಿಕ್ಕ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಹೊರಗೆ ತರುವ ಪ್ರಯತ್ನವನ್ನು ಅನೇಕರು ಮಾಡುತ್ತಾರೆ. ಇದೊಂದು ಹೊಲಸು ಚಟ. ನೋಡಲು ಅಸಹ್ಯವೆನಿಸುವುದು ಆದರೂ ಅದರ ಭೀಕರತೆಯ ಅರಿವು ಅನೇಕರಿಗೆ ಇಲ್ಲ. ತಿಳುವಳಿಕೆ ಬಂದರೆ ಜನರು ಅಂಥ ಕಲ್ಮಶ ಕಾರ್ಯ ಮಾಡಲಿಕ್ಕಿಲ್ಲ.

ಮೂಗು ಹವೆಯನ್ನು ಆಮಂತ್ರಿಸುವ ಪ್ರಥಮ ದ್ವಾರ. ಒಣ ಹವೆಯು ಮೂಗಿನಲ್ಲಿನ ಪುಪ್ಪಸ ಸೇರುವಾಗ ಬೆಚ್ಚಗಾಗಬೇಕು, ಆರ್ದ್ರವಾಗಬೇಕು. ಧೂಳಿನಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಬೇಕು, ಇದನ್ನೆಲ್ಲ ನಡೆಸಿ ಕೊಡಲು ಮೂಗಿನ ಲೋಳ್ಪೊರೆಯು ಲೋಳೆಯನ್ನು ಸ್ರವಿಸುತ್ತದೆ. ಲೋಳೆ, ನೀರಿನಂತಾಗಲೀ, ಇಲ್ಲವೆ ಅಂಟಿನಂತಾಗಲೀ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದು ಒಣಹವೆಯಿಂದ ಒಣಗಿದರೆ ಹಕ್ಕಳೆ ಗಟ್ಟುತ್ತದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ಲೋಳೆ, ಧೂಳಿಕಣಗಳು, ಇತರ ಕಶ್ಮಲಗಳು ಸೇರಿಕೊಂಡಿ ರುತ್ತವೆ. ಇದಲ್ಲದೇ ಅಸಂಖ್ಯ ಬ್ಯಾಕ್ಟೀರಿಯಾ, ವೈರಸ್ ಕಣಗಳು ಇರುತ್ತವೆ.

ಲೋಳ್ಪೊರೆ ರೋಗದಿಂದ ಮುಕ್ತವಾಗಿದ್ದರೆ ಲೋಳೆ ಹಾಗೂ ಹಂಕು ಅಷ್ಟು ಕೆಡುಕಿನದಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ ಒಂದು ವೇಳೆ ಲೋಳ್ಪೊರೆ ರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ಹಂಕು ಹಾನಿಕಾರಕ ವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಮೂಗಿನ ಲೋಳೆಯು ಶೀತ ವಾದಾಗ ಲೋಳೆಯನ್ನಲ್ಲದೇ ಕೀವನ್ನೂ ಸಹ ಸುರಿಸುತ್ತದೆ. ಈ ಲೋಳೆ ನೋಡಲು ಹಳದಿ, ಹಸಿರಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನು ಸೂಕ್ಷ್ಮ ದರ್ಶಕದಲ್ಲಿ ತಪಾಸಣೆ ಮಾಡಿದರೆ ಅದರಲ್ಲಿಯ ಕೋಟಿ ಗಟ್ಟಲೇ ರೋಗಜಂತುಗಳು, ಕೀವು, ಜೀವಕಣ ಗಳೂ ಕಾಣುತ್ತವೆ. ಇಂಥ ಕೀವಿನಿಂದ ಕೂಡಿದ ಲೋಳೆಯ ಹಂಕು ಎಂದರೆ ಕೀವುಕಾರಕ ರೋಗಾ ಣುಗಳ ಉಂಡೆ ಎಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ಇದನ್ನು ಹಿಡಿದರೆ, ಅದು ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿ ಬಂದ ವಸ್ತು ಗಳೆಲ್ಲ ರೋಗಾಣುಗಳಿಂದ ಕಶ್ಮಲಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ಅದನ್ನು ಹಿಡಿದ ಬೆರಳುಗಳ ಮೇಲೆ ಸಾವಿರಗಟ್ಟಲೆ ಕೀವುಕಾರಕ ರೋಗಾಣು ಇರುತ್ತವೆ.

ಲೋಳ್ಪೊರೆಯು ಕುಷ್ಠರೋಗದಿಂದ ಬಳಲುತ್ತಿದ್ದರೆ ಲೋಳೆ ಹಾಗೂ ಹಂಕಿನಲ್ಲಿ ಅಸಂಖ್ಯ ಕುಷ್ಠರೋಗಾಣುಗಳು ಇರುತ್ತವೆ, ಇಂಥ ಸಿಂಬಳ ಹಂಕು ಎಂದರೆ ಕುಷ್ಠರೋಗಾಣುಗಳ ಗುಪ್ಪೆ ಎಂದೇ ಅರ್ಥ. ಇದರ ಸಂಪರ್ಕದಲ್ಲಿ ಬರುವ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ, ಜನರಿಗೆ ಕುಷ್ಠರೋಗಾಣು ಹಂಚಿದಂತೆಯೇ. ಇದೇ ಮಾತನ್ನು ಕ್ಷಯರೋಗಿಗಳಿಗೂ ಹೇಳಬಹುದು. ಇನ್ನೂ ಹತ್ತಾರು ಭೀಕರ ರೋಗಾಣುಗಳಿಗೂ ಅನ್ವಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಇಷ್ಟು ಭೀಕರವಾದುದು ಹಂಕು.

"ಸೆಕೆಂಡ್ ಒಪೀನಿಯನ್"

ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರೊಡನೆ ಆರೋಗ್ಯ ಸಮಾಲೋಚನೆ.

ಓದುಗರೇ,

ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗೆ ಅನೇಕ ವಿಷಯಗಳು ತಿಳಿಯದಿರಬಹುದು. ಅವನ್ನು ಸರಳವಾಗಿ ತಿಳಿಯುವ ಮಾರ್ಗ ನಿಮಗೆ ದೊರೆಯದಿರಬಹುದು. ಹಾಗೂ ನಿಮ್ಮ ರೋಗಕ್ಕೆ ನೀವು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಸರಿಯಾಗಿದೆಯೇ ಇಲ್ಲವೇ ? ಎಂಬ ಸಂಶಯ ನಿಮಗೆ ಬರಬಹುದು. ಅದನ್ನು ನಿವಾರಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ನಿಮಗೆ ಸೂಕ್ತ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಸಿಗದಿರಬಹುದು.

ಹಾಗಾಗಿ....

ನಿಮಗಾಗಿ ಆರಂಭಿಸುತ್ತಿದ್ದೇವೆ ಈ ಹೊಸ ಅಂಕಣವನ್ನು. ಪ್ರತಿ ತಿಂಗಳು ಒಬ್ಬೊಬ್ಬ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರು, ಒಂದೊಂದು ವಿಷಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ನಿಮ್ಮ ಅನುಮಾನಗಳಿಗೆ ಪರಿಹಾರ ಹಾಗೂ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನಗಳನ್ನು ನೀಡುತ್ತಾರೆ.

ಡಾ। ಲತಾ ವೆಂಕಟ್‌ರಾಮ್

ಸ್ತ್ರೀರೋಗ ಹಾಗು ಪ್ರಸೂತಿ ತಂತ್ರ ತಜ್ಞೆ, ಬೆಂಗಳೂರು

ಜೂನ್ ತಿಂಗಳ ಸಂಚಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಖ್ಯಾತ ತಜ್ಞೆಯಾದ ಇವರು ಸ್ತ್ರೀಯರ ಸಾಮಾನ್ಯ ರೋಗಗಳಿಗೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲಿದ್ದಾರೆ

ನಿಯಮಗಳು

೧)ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ನಿಗದಿತ ಫಾರಂನಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

೨)ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಚುಟುಕಾಗಿರಲಿ, ಸ್ಪಷ್ಟವಾಗಿರಲಿ.

೩)ಪ್ರಶೆಗಳಿಗೆ ಸೂಕ್ತ ವಿವರಗಳನ್ನು ಹಾಗೂ ಮಾಹಿತಿಯನ್ನು ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಚಿಕಿತ್ಸಾ ವಿವರಗಳನ್ನು ನೀಡುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಅವಶ್ಯ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

೪)ಈಗಾಗಲೇ ಪಡೆಯುತ್ತಿರುವ ಔಷಧಗಳ ಸೇವನೆಯ ಬಗ್ಗೆ "ಸೆಕೆಂಡ್ ಒಪೀನಿಯನ್" (ದ್ವಿತೀಯ ವೈದ್ಯರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ) ಬೇಕಿದ್ದರೆ, ಔಷಧ ವಿವರಗಳನ್ನು ಒಂದು ಹಾಳೆಯಲ್ಲಿ ಬರೆದು ಫಾರಂ ಜೊತೆ ಲಗತ್ತಿಸಿ.

೫)ಈ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ಪತ್ರ ವ್ಯವಹಾರಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ.

೬)ಏಪ್ರಿಲ್ ೧೯೯೭ರ 'ಸೆಕೆಂಡ್ ಒಪೀನಿಯನ್' ಗೆ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ಕಳುಹಿಸಲು ಕೊನೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮಾರ್ಚ್ ೨೫, ೧೯೯೭. ನಂತರ ಬಂದ ಪತ್ರಗಳನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ.

ನೀವು ಪತ್ರ ಬರೆಯಬೇಕಾದ ವಿಳಾಸ
ಜೀವನಾಡಿ
'ಸೆಕೆಂಡ್ ಒಪೀನಿಯನ್ ವಿಭಾಗ'
ದಿಕ್ಸೂಚಿ ಕಾರ್ಯಾಲಯ,
೯೪೦, ೮ನೇ 'ಬಿ' ಮೇನ್,
೩ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್, ೩ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್,
ಬಸವೇಶ್ವರ ನಗರ,
ಬೆಂಗಳೂರು-೫೬೦ ೦೭೯

'ಸೆಕೆಂಡ್ ಒಪೀನಿಯನ್' ವಿಭಾಗ - ಏಪ್ರಿಲ್ - ೧೯೯೭

ಹೆಸರು..

ವಯಸ್ಸು..ಲಿಂಗ...

ವಿಳಾಸ..

....

....

ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ೧) ....

೨) ....

ಸ್ಥಳ..............................

ದಿನಾಂಕ..............................

ಸಹಿ

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕ್ವಿಜ್

ಇದೊಂದು 'ಟೂ-ಇನ್-ಒನ್' ಸ್ಪರ್ಧೆ! ಇವು ಆರೋಗ್ಯದ ಬಗ್ಗೆ ನಿಮಗಿರುವ ಸಾಮಾನ್ಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ತಿಳಿಯಲು ನೆರವಾಗುತ್ತವೆ. ಹಾಗೆಯೇ ಸೂಕ್ತ ಉತ್ತರ ತಿಳಿದವರಿಗೆ ನೂರುರೂಪಾಯಿಗಳನ್ನು ತಂದುಕೊಡುತ್ತವೆ.ಇಲ್ಲಿ ೧೨ ಪ್ರಶ್ನೆಗಳಿವೆ. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳು ಹೇಳಿಕೆ ರೂಪದಲ್ಲಿವೆ. ಈ ಹೇಳಿಕೆ ಸರಿಯಾಗಿದ್ದರೆ ಉತ್ತರದ ಬಾಕ್ಸ್ ನಲ್ಲಿ ✓ ಚಿಹ್ನೆಯನ್ನು ಹಾಕಿ. ತಪ್ಪಾಗಿದ್ದರೆ x ಚಿಹ್ನೆಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ.

ನಿಯಮಗಳು :

೧. ಈ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ.
೨. ಉತ್ತರಗಳನ್ನು ಇದೇ ಮುದ್ರಿತ ಪುಟದಲ್ಲಿ ಗುರುತಿಸಿ ಕಳುಹಿಸಿ. ನೆರಳು ಪ್ರತಿ (Xerox) ಯನ್ನು ಪರಿಗಣಿಸುವುದಿಲ್ಲ.
೩. ಅರೆಬರೆ ತುಂಬಿದ ಪತ್ರ ಅನರ್ಹವಾಗುತ್ತದೆ.
೪. ಪ್ರವೇಶ ಪತ್ರಕಳುಹಿಸಲು ಕಡೆಯ ದಿನಾಂಕ ಮಾರ್ಚ್ ೧೫,೧೯೯೭..
೫. ತೀರ್ಪುಗಾರರ ಆಯ್ಕೆ ಅಂತಿಮ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಪತ್ರವ್ಯವಹಾರಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ.

ಸಂಪರ್ಕ ವಿಳಾಸ
ಜೀವನಾಡಿ ರಸಪ್ರಶ್ನೆ ವಿಭಾಗ
ದಿಕ್ಸೂಚಿ ಕಾರ್ಯಾಲಯ, ೯೪೦, ೮ನೇ 'ಬಿ' ಮೇನ್, ೩ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್, ೩ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಬಸವೇಶ್ವರ ನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-೫೬೦ ೦೭೯

• ಸಂಪಟೂರ್ ವಿಶ್ವನಾಥ್

ಜೀವನಾಡಿ ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ - ೨

೧. ಕ್ವಿನೈನ್ ಎಂಬ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಮಲೇರಿಯಾರೋಗಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಔಷಧಿಯನ್ನು ಯಾವ ಸಸ್ಯದಿಂದ ತಯಾರಿಸುತ್ತಾರೆ?

೨. ಸ್ಫಿಗ್ಮೊಮಾನೋಮೀಟರ್ ಎಂಬ ಉಪಕರಣವನ್ನು ವೈದ್ಯರು ಏಕೆ ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಾರೆ?

೩. ದೇಹದ ಮೂಳೆ ಗಟ್ಟಿಯಾಗಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡುವ ಅನ್ನಸತ್ವ (ವಿಟಮಿನ್) ಯಾವುದು?

೪. ರೋಗಾಣು ವಿಜ್ಞಾನ, ಹುಳಿಯಾಗುವಿಕೆ, ಹುಚ್ಚುನಾಯಿಕಡಿತ ಮುಂತಾದ ಸಂಶೋಧನೆಗಳಿಂದ ಪ್ರಖ್ಯಾತನಾದ, ಫ್ರಾನ್ಸ್‌ನ ವಿಜ್ಞಾನಿ ಯಾರು?

೫. ಸ್ಟೆತಾಸ್ಕೋಪನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದವನು ಯಾರು? ಈತ ಯಾವ ದೇಶದವನು?

೬. ಜೊನಾಸ್ ಇ, ಸಾಕ್ ಯಾವ ರೋಗದ ವಿರುದ್ಧ ಉಪಯೋಗಿಸುವ ವ್ಯಾಕ್ಸೀನನ್ನು ಕಂಡುಹಿಡಿದ?

೭. ಡಾ|| ಪಿ.ಕೆ.ಸೇನ್ ಯಾವುದರಿಂದ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿ ಪಡೆದರು?

೮. ಸರ್ ಜೇಮ್ಸ್ ಯಂಗ್ ಸಿಂಪ್ಸನ್ ಯಾವ ಸಂಶೋಧನೆಯಿಂದ ಪ್ರಖ್ಯಾತರಾದರು?

೯. ರಕ್ತಗುಂಪು (ಬ್ಲಡ್‌ಗ್ರೂಪ್) ಅನುವಂಶಿಕವಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸಿದ ವಿಜ್ಞಾನಿಯ ಹೆಸರೇನು?

೧೦. ಡಾ|| ಮುತ್ತುಲಕ್ಷ್ಮಿ ರೆಡ್ಡಿ ಯಾರು?

೧೧. 'ದುರ್ಬಲ ಕಣ್ಣಿನವರು ಇಟಲಿಯಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡಕಗಳನ್ನು ಧರಿಸುತ್ತಿದ್ದರು' ಎನ್ನುವ ಲಿಖಿತ ದಾಖಲೆ ಕ್ರಿ.ಶ.೧೨೮೯ರ ವೇಳೆಗೆ ಸಿಕ್ಕಿತು. ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಕಣ್ಣಿನ ತೊಂದರೆಗಳಿಗೆ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ರೀತಿಯ ಗಾಜುಗಳನ್ನು ಕೊಡುವ ಪದ್ಧತಿ ಯಾವ ವರ್ಷ ಆರಂಭವಾಯಿತು?

೧೨. ಬಹಳ ಹಿಂದೆ, ಜಪಾನಿನಲ್ಲಿ ದಂತ ವೈದ್ಯರು ಯಾವುದರಿಂದ ಹಲ್ಲುಗಳನ್ನು ಕೀಳುತ್ತಿದ್ದರು.?

ಪ್ರವೇಶ ಪತ್ರ

ಹೆಸರು..

ವಿಳಾಸ..

....

....

ವಯಸ್ಸು ....ವಿದ್ಯಾರ್ಹತೆ..................... ಉದ್ಯೋಗ................................

ನಾನು ಜೀವನಾಡಿ ಓದುವುದನ್ನು ಇಷ್ಟ ಪಡುತ್ತೇನೆ.

ಏಕೆಂದರೆ ....

....

....

(ಹದಿನೈದು ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ನಿಮ್ಮ ಅನಿಸಿಕೆಯನ್ನು ಬರೆಯಿರಿ)

ದಿನಾಂಕ : ....

ಸ್ಥಳ : .... ಸಹಿ

ರಸ ಪ್ರಶ್ನೆ - ೨ರ ಉತ್ತರಸೂಚಿ

೧ ———— ○
೨ ———— ○
೩ ———— ○
೪ ———— ○
೫ ———— ○
೬ ———— ○
೭ ———— ○
೮ ———— ○
೯ ———— ○
೧೦ ———— ○
೧೧ ———— ○
೧೨ ———— ○

ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಂಕಣ

'ಆರೋಗ್ಯ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ'

ರೋಗಗಳಿಗೆ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ ಪರಿಹಾರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನದ ಪ್ರಾಯೋಗಿಕ ಅಂಕಣ

ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯವು ಒಂದು ವಿಜ್ಞಾನ ಎಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳಿದರೆ, ಹಲವರು ಅದು ವಿಜ್ಞಾನವೇ ಅಲ್ಲ ಎಂದು ವಾದಿಸುತ್ತಾರೆ. ಈ ಬಗ್ಗೆ ನಿಖರವಾಗಿ ನಮಗೂ ತಿಳಿದಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗಿ ನಿಮ್ಮ ನೆರವಿನೊಂದಿಗೆ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯದ ಸತ್ಯಾಸತ್ಯತೆಯನ್ನು ಪರೀಕ್ಷಿಸುವ ಒಂದು ಪುಟ್ಟ ಪ್ರಯೋಗ, ಈ ಹೊಸ ಅಂಕಣ.

ನಿಮಗೆ ಅಥವಾ ನಿಮ್ಮವರಿಗೆ ಇರಬಹುದಾದ ರೋಗಗಳ ಬಗೆಗೆ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯದ ಮೂಲಕ ಪರಿಹಾರ ಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ ಅಥವಾ ಈ ಯುಗಾದಿಯಿಂದ ಮುಂದಿನ ಯುಗಾದಿಯವರೆಗಿನ ನಿಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯ ಭವಿಷ್ಯ ತಿಳಿಯಬೇಕಾಗಿದ್ದರೆ, ನಿಗದಿತ ಫಾರಂ ಭರ್ತಿ ಮಾಡಿ ನಮಗೆ ಕಳುಹಿಸಿ.

ನಿಮ್ಮ ಪ್ರಶ್ನೆಗೆ ಉತ್ತರಿಸಲಿದ್ದಾರೆ

ವಿದ್ವಾನ್ ಶ್ರೀರಾಮಚಂದ್ರ ಶರ್ಮ ತ್ಯಾಗಲಿಯವರು

'ಆರೋಗ್ಯ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ' - ಜೂನ್ ೧೯೯೭

೧. ಹೆಸರು..

೨. ಹೆಸರಿನ ಪ್ರಕಟಣೆ ಬೇಡವಾಗಿದ್ದರೆ ನಿಮ್ಮ ಸಂಕೇತ ನಾಮ..

೩. ವಿಳಾಸ ....

....

೪. ಲಿಂಗ : ಸ್ತ್ರೀ......................... ಪುರುಷ.........................

೫. ಜನ್ಮ ದಿನಾಂಕ :.. ದಿನ..............................

೬. ಜನ್ಮ ಸಮಯ .... ಗಂಟೆ................................ ನಿಮಿಷ

೭. ಜನ್ಮ ಸ್ಥಳ..........................ಗ್ರಾಮ. ....ತಾಲ್ಲೂಕು..................................ಜಿಲ್ಲೆ..........................

೮. ನಿಮಗೇನು ಬೇಕು ? (ಒಂದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಆರಿಸಿ) : ★ ರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಭವಿಷ್ಯ ☐ ★ ವಾರ್ಷಿಕ ಆರೋಗ್ಯ ಭವಿಷ್ಯ ☐

೯. ರೋಗ ಚಿಕಿತ್ಸಾ ಭವಿಷ್ಯವಾದರೆ, ರೋಗದ ಹೆಸರು...

೧೦. ರೋಗಗಳಿಗೆ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯದ ಮೂಲಕ ಪರಿಹಾರ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ನೀಡುವ ಈ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ನಾನು ಸ್ವಇಚ್ಛೆಯಿಂದ ಭಾಗವಹಿಸುತ್ತಿದ್ದೇನೆ. ಇಲ್ಲಿನ ಫಲಿತಾಂಶಗಳನ್ನು ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕವಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇನೆ. ನಂತರ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯದ ಫಲಾಫಲಗಳ ಬಗ್ಗೆ ಯಾವುದೇ ಪೂರ್ವಾಗ್ರಹವಿಲ್ಲದೇ ಉತ್ತರವನ್ನು ಬರೆಯುತ್ತೇನೆಂದು ಈ ಮೂಲಕ ಪ್ರಮಾಣ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ.

ಸ್ಥಳ..............................

ದಿನಾಂಕ........................ ಸಹಿ

ನಿಯಮಗಳು

೧. ಪ್ರಶ್ನೆಗಳನ್ನು ನಿಗದಿತ ಫಾರಂನಲ್ಲಿಯೇ ಕಳುಹಿಸಬೇಕು.

೨. ಇದೊಂದು ಪ್ರಯೋಗ ಮಾತ್ರ. ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಸೈದ್ಧಾಂತಿಕವಾಗಿ ಮಾತ್ರ ಸ್ವೀಕರಿಸಬೇಕು.

೩. ಫಲ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯದಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಿರುವ ಅವಧಿ ಮುಗಿದ ನಂತರ, ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯವು ನಿಜವಾಯಿತೆ? ಸುಳ್ಳಾಯಿತೆ? ಎಂಬುದನ್ನು ನಮಗೆ ಬರೆದು ತಿಳಿಸಬೇಕು.

೪. ಈ ಬಗ್ಗೆ ಹೆಚ್ಚಿನ ಪತ್ರ ವ್ಯವಹಾರ, ವಾದ ವಿವಾದಗಳಿಗೆ ಅವಕಾಶವಿಲ್ಲ.

೫. ಒಂದು ವರ್ಷದ ನಂತರ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಟವಾದ ಫಲಿತಾಂಶವನ್ನು ಓದುಗರು ನೀಡಿದ ಉತ್ತರಗಳೊಡನೆ ಹೋಲಿಸಿ ನೋಡುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಕಟಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದುದರಿಂದ ಈ ಪ್ರಯೋಗದಲ್ಲಿ ಸಂಪೂರ್ಣ ಸಹಕಾರ ಕೊಡುವವರು ಮಾತ್ರ ಭಾಗವಹಿಸಬೇಕು.

೬. ನಿಮ್ಮ ಪತ್ರಗಳು ಮಾರ್ಚ್ ೨೫ರೊಳಗೆ ನಮಗೆ ತಲುಪಲಿ.

ನಮ್ಮ ವಿಳಾಸ

ಜೀವನಾಡಿ 'ಆರೋಗ್ಯ ಜ್ಯೋತಿಷ್ಯ' ವಿಭಾಗ

ದಿಕ್ಸೂಚಿ ಕಾರ್ಯಾಲಯ, ೯೪೦, ೮ನೇ 'ಬಿ' ಮೇನ್, ೩ನೆಯ ಸ್ಟೇಜ್, ೩ನೆಯ ಬ್ಲಾಕ್, ಬಸವೇಶ್ವರ ನಗರ, ಬೆಂಗಳೂರು-೫೬೦ ೦೭೯

ಕನ್ನಡ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು ಹನ್ನೊಂದರ ಸಂಭ್ರಮ-ಸಾರ್ಥಕತೆಯ ಸಾಧನೆಯತ್ತ

• ಡಾ॥ ವಸಂತ ಕುಲಕರ್ಣಿ
ಎಂ.ಡಿ., ವಿಜಾಪುರ

ಸಮುದಾಯದ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಅದು ವೃದ್ಧಿಯಾಗಬೇಕೆಂಬ ಗುರಿಯನ್ನು ಹೊತ್ತು ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು ಕೇವಲ ಹತ್ತು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ನಾಡಿನ ವೈದ್ಯ ಲೇಖಕರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶಕ ವೇದಿಕೆಯಾಗಿದೆ. ಈ ಗುರಿಸಾಧನೆಯಲ್ಲಿ ಆರೋಗ್ಯ ಶಿಕ್ಷಣವನ್ನು ಜನತೆಗೆ ತಲುಪಿಸಲು ವ್ಯವಸ್ಥಿತ ಸಂಘಟನೆಯ ಅವಶ್ಯಕತೆ ಮನಗಂಡು ೧೯೮೬ ರಲ್ಲಿ ಕನ್ನಡ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದಿತು.

ಇದಕ್ಕೂ ಮೊದಲು ಈ ದಿಸೆಯಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಂಸ್ಥೆಗಳು ಹಾಗೂ ವಿಶ್ವವಿದ್ಯಾಲಯಗಳ ಪ್ರಸಾ ರಾಂಗ ಇಲಾಖೆಗಳು ವಿವಿಧ ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿಷ ಯದ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಏರ್ಪಡಿಸಿ ಜನ ಬೋಧನೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಸೇವೆಸಲ್ಲಿಸಿವೆ. ೧೯೬೩ರಲ್ಲಿ ಡಾ.ಅನುಪಮಾ ನಿರಂಜನರ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಳಗಾವಿಯ ಜೆ.ಎನ್. ಮೆಡಿಕಲ್ ಕಾಲೇಜು ವೈದ್ಯಲೇಖಕರ ಸಮ್ಮೇಳನವನ್ನು ಪ್ರಪ್ರಥಮವಾಗಿ ಸಂಘಟಿಸಿತ್ತು. ತದನಂತರ ೧೯೮೯ರಲ್ಲಿ ಎರಡನೆಯ ಬಾರಿಯೂ ಡಾ.ಎಸ್. ಎಲ್. ಜಂಗಣ್ಣನವರ ಕಾರ್ಯದರ್ಶತ್ವದ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ಶಾಶ್ವತ ಸಂಘಟನೆ ರೂಪಿಸಲು ನಾಂದಿ ಹಾಡಲಾಯಿತು. ಮುಂದೆ ಡಾ॥ ಆರ್.ಸಿ. ಅಗಡಿಯವರು ಧಾರವಾಡದಲ್ಲಿ ೧೯೯೧ ಫೆಬ್ರವರಿಯಲ್ಲಿ ಸಂಘಟಿಸಿದ ತೃತೀಯ ರಾಜ್ಯ ಮಟ್ಟದ ವೈದ್ಯ ಲೇಖಕರ ಸಮ್ಮೇಳನದ ಅಧ್ಯಕ್ಷತೆಯನ್ನು ಡಾ. ಡಿ.ಎಸ್. ಶಿವಪ್ಪ ವಹಿಸಿದ್ದರು. ತದನಂತರ ಡಾ॥ಎಸ್.ಜೆ.ನಾಗಲೋಟಿಮಠರ ಸಾನಿಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಡಾ॥ ಎಸ್.ಬಿ. ಪಾಟೀಲರ ಕಾರ್ಯದಕ್ಷತೆ ಹಾಗೂ ಡಾ॥ ವಸಂತ ಕುಲಕರ್ಣಿ ಕಾರ್ಯದರ್ಶ ತ್ವದಲ್ಲಿ ೫ನೇ ಅಖಿಲ ಕರ್ನಾಟಕ ವೈದ್ಯ ಲೇಖಕರ ಸಮ್ಮೇಳನ ಅದ್ದೂರಿಯಿಂದ ಜರುಗಿ ವೈದ್ಯ ಲೇಖಕರ ಸಂಘಟನೆಯ ಮಹತ್ವಕ್ಕೆ ಮತ್ತಷ್ಟು ಬಲ ಬಂದಿತು. ಆದರೆ ನಂತರ ಮೈಸೂರಲ್ಲಿ ಡಾ। ಎಸ್. ಪಿ. ಯೋಗಣ್ಣ ಅವರ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ಅಖಿಲ ಭಾರತ ವೈದ್ಯ ಲೇಖಕರ ಸಮ್ಮೇಳನ ವಿಜೃಂಭಣೆ ಯಿಂದ ನಡೆದರೂ, ಅದು ಅಲ್ಲಿಗೇ ನಿಂತಿತು.

ಪುನಃ ಈ ಚಳುವಳಿಗೆ ಜೀವ ಬಂದದ್ದು ೧೯೮೫ರಲ್ಲಿ. ಡಾ॥ ಎಂ.ಎಸ್. ರಾಜಣ್ಣ ಹಾಗೂ ಡಾ। ಬಿ.ಜಿ. ಚಂದ್ರಶೇಖರ ಅವರು ಡಾ. ಟಿ.ಪ್ರಭು ಅವರೊಡನೆ ವಿಚಾರವಿನಿಮಯ ಮಾಡಿ ೨೩-೫-೧೯೮೬ ರಂದು 'ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಸಂಘ' ಎಂಬ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯಾಭಿಮಾನಿಗಳ ಸಭೆ ಕರೆದು ಸಂಸ್ಥೆಯ ಹೆಸರನ್ನು '' ಕನ್ನಡ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು '' ಎಂದು ಮಾರ್ಪಡಿಸಿ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಸಮಿತಿ ರಚಿಸಲಾಯಿತು.

ಹಲವಾರು ಬಾರಿ ಸಭೆಗಳನ್ನು ನಡೆಸಿ ಪರಿ ಷತ್ತಿನ ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ರೂಪರೇಖೆಗಳನ್ನು ಚರ್ಚಿಸ ಲಾಯಿತು. ಕ್ರಮೇಣ, ಸಂಸ್ಥೆಯ ನಿಯಮಾವಳಿ, ಅಂಗರಚನೆ, ಲಾಂಛನ ಮುಂತಾದವುಗಳನು ಮಾಡಿ ೧೩-೨-೧೯೮೭ ರಂದು ಪರಿಷತ್ತನ್ನು ಕರ್ನಾಟಕ ರಿಜಿಸ್ಟ್ರಾರ್ ಆಫ್ ಸೊಸೈಟಿಯಲ್ಲಿ ನೊಂದಾಯಿಸಲಾಯಿತು.

ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದ ಪರಿಷತ್ತು ಕೆಲಕಾಲ 'ಮೌನ ಧಾರಣೆ ಮಾಡಿ ಪುನಃ ೩೦-೨-೯೪ರ ಮಹಾ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಡಾ॥ ಸಿ.ಆರ್. ಚಂದ್ರಶೇಖರ ಅಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ, ಡಾ.ಸಿ.ಅಶ್ವತ್ಥ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿ, ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿಯರಾಗಿ ಡಾ॥ಎಂ.ಎಸ್. ರಾಜಣ್ಣ, ಖಜಾಂಚಿಯಾಗಿ ಶ್ರೀ ಎನ್. ವಿಶ್ವರೂಪಾಚಾರ ಹಾಗೂ ಚೈತನ್ಯ ಪೂರಿತ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಸಮಿತಿಯ ಕ್ರಿಯಾಶೀಲತೆಯಿಂದ ನಾಡಿನ ಉದ್ದಗಲಕ್ಕೂ ಜನರನ್ನು ಆಕರ್ಷಿಸಿತು. ಹೊಸ ಹೊಸ ಯೋಜನೆ ಗಳು ಹಾಗೂ ಹೊಸ ಹೊಸ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ಜಾರಿಯಲ್ಲಿ ಬಂದವು.

ವೈದ್ಯ ಪುಸ್ತಕಗಳ ವಿಮರ್ಶೆ, ವಿವಿಧ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಜನಸಮೂಹ ಬೋಧನಾ ಉಪನ್ಯಾಸಗಳ ಏರ್ಪಾಟು, ರಾಜ್ಯಮಟ್ಟದ ಲೇಖನಸ್ಪರ್ಧೆಯ ಲ್ಲದೆ ವೈದ್ಯಲೇಖನ ಬರೆಯುವ ಕಾರ್ಯಾಗಾರ, ವೈದ್ಯ ಪುಸ್ತಕ ಪ್ರದರ್ಶನಗಳು ಕನ್ನಡ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು ಜನಪ್ರಿಯತೆಯತ್ತ ಸಾಗಲು ಹೆದ್ದಾರಿಗಳಾದವು.

ಭಾರತೀಯ ವೈದ್ಯರ ಸಂಘ (IMA Club), ಶಿವಮೊಗ್ಗ ಶಾಖೆಯ ಸದಸ್ಯರು ಪ್ರತಿವರ್ಷ ಉತ್ತಮ ವೈದ್ಯಕೀಯ ಗ್ರಂಥಕ್ಕೆ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ನೀಡುವ ಸಲುವಾಗಿ ''ರಾಷ್ಟ್ರ ಕವಿ ಕುವೆಂಪು'' ಪ್ರಶಸ್ತಿಯನ್ನು ಸ್ಥಾಪಿಸಲು ರೂ.೧೫,೦೦೦ ನಿಧಿಯನ್ನು ಪರಿಷತ್ತಿಗೆ ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಈ ದಿಸೆ ಯಲ್ಲಿ ಡಾ॥ಹೆಚ್.ಡಿ. ಚಂದ್ರಪ್ಪನವರ ಪಾತ್ರ ಮೆಚ್ಚತಕ್ಕದ್ದು, ೧೯೯೪ರ ಪ್ರಶಸ್ತಿ ಕಳೆದ ವರ್ಷ ಡಾ॥ ಕೃಷ್ಣಮೂರ್ತಿಯವರಿಗೆ 'ದೃಷ್ಟಿ ಪರಿಚಯ ಕೃತಿಗೆ ನೀಡಲಾಯಿತು. ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ಪರಿ ಷತ್ತು ಸುಮಾರು ಐದು ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಪ್ರಕಟಿಸಿದೆ.

ಪರಿಷತ್ತು ಅನೇಕ ಸ್ಥಳಗಳಲ್ಲಿ ಏರ್ಪಡಿಸಿದ್ದ ತಜ್ಞರೊಡನೆ ಸಂವಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ ಜನಪ್ರಿಯಗೊಳಿಸಿದ್ದು ಆರೋಗ್ಯ ಪ್ರಚಾರಕ್ಕೆ ಅನುಪಮ ಕೊಡುಗೆ ಎಂದೆನ್ನಬಹುದು. ಏಪ್ರಿಲ್ ೧೯೮೬ ರಾಜ್ಯಮಟ್ಟದ ಕನ್ನಡ ವೈದ್ಯಸಾಹಿತ್ಯ ಸಮಾವೇಶ ಬೆಂಗಳೂರಿನ ಕುವೆಂಪು ಕಲಾಕ್ಷೇತ್ರದಲ್ಲಿ ಯಶಸ್ವಿ ಹಾಗೂ ವೈವಿಧ್ಯಮಯವಾಗಿ ಜರುಗಿತು. ಅಂದು ಜರುಗಿದ ಸಾಮಾನ್ಯರ ಸಭೆಯಲ್ಲಿ ಡಾ॥ ಅಶೋಕ ಪೈ ಅಧ್ಯಕ್ಷರನ್ನಾಗಿಯೂ ಡಾ॥ ಶ್ರೀಮತಿ ಶಮಂತಕ ಮಣಿ ನರೇಂದ್ರನ್ ಉಪಾಧ್ಯಕ್ಷರಾಗಿಯೂ ಡಾ॥ ಹೆಚ್.ಎಸ್.ಮೋಹನ್ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ, ಡಾ.ಕೆ. ಆರ್.ಶ್ರೀಧರ ಖಜಾಂಚಿಯಾಗಿ ಆಯ್ಕೆ ಯಾದರಲ್ಲದೆ ಸುಮಾರು ೧೫ರ ಕಾರ್ಯಕಾರಿ ಸಮಿತಿ ಅಸ್ತಿತ್ವಕ್ಕೆ ಬಂದು ಪರಿಷತ್ತಿಗೆ ಹೊಸ ಆಯಾಮ ಕಲ್ಪಿಸಿದೆ.

೧೯೯೬ ರ ವೈದ್ಯಸಾಹಿತ್ಯ ಸಮಾವೇಶದ ನಂತರ ನೂತನ ಪದಾಧಿಕಾರಿಗಳ ತಂಡ ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮಾಡಿದ್ದ ಪರಿಷತ್ತಿನ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳ ವಿಕೇಂದ್ರೀಕರಣ ಅದನ್ನು ಅನ್ವರ್ಥಗೊಳಿಸಲು ಮೇ ೧೯ ರಂದು ಮಲೆನಾಡಿನ ತೀರ್ಥಹಳ್ಳಿಯಲ್ಲಿ ೯೬-೯೭ರಲ್ಲಿ ನಡೆದ ಉದ್ಘಾಟನಾ ಸಮಾರಂಭದ ತಜ್ಞ ವೈದ್ಯರೊಡನೆ ಸಂವಾದ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳು ವಿವಿಧ ಶ್ರೀಕಾರ ಹಾಕಿದವು. ಅಧ್ಯಕ್ಷ ಡಾ. ಅಶೋಕಪೈ , ಹುರುಪಿನ ಕಾರ್ಯದರ್ಶಿ ಡಾ. ಹೆಚ್.ಎಸ್.ಮೋಹನ ಖಜಾಂಚಿ ಡಾ॥ ಶ್ರೀಧರ ಈ ಶಿವಮೊಗ್ಗೆಯ ಉತ್ಸಾಹಿ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರ ದೂರದರ್ಶಿತ್ವ ಹಾಗೂ ಪ್ರೋತ್ಸಾಹ ದಿಂದಾಗಿ ಅನೇಕ ಜಿಲ್ಲಾ ಘಟಕಗಳು ಸ್ಥಾಪನೆ ಗೊಂಡು ಕಾರ್ಯಪ್ರವೃತ್ತವಾದವು.

ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಕನ್ನಡ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತಿನ ಸಂಪರ್ಕ ಸೇತುವೆ 'ವಾರ್ತಾಪತ್ರ' ಪರಿಷತ್ತು ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು, ಯೋಜನೆಗಳನ್ನು ತುಂಬ ಅಚ್ಚುಕಟ್ಟಾಗಿ ಇದ್ದ ಪುಟದ ಮಿತಿಯಲ್ಲಿಯೇ ತಲುಪಿಸುವ ಕೆಲಸ ನಿರಾತಂಕವಾಗಿ ನಡೆಯು ತ್ತಲಿದೆ. ಇದೊಂದು ಪ್ರಾಯೋಜಕರಿಂದ ನೆರವು ಪಡೆದು ಸಾಗಿದ ಕೆಲಸ.

ವಿಜಾಪುರ ಜಿಲ್ಲಾ ಶಾಖೆಯು ಸ್ಥಾಪನೆ ಗೊಂಡು ಅದರ ಆಶ್ರಯದಲ್ಲಿ ೧೯೯೬ ಜುಲೈ ೨೬ - ೨೮ ರಂದು ಅನೇಕ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಬಹುವೈಭವಯುತವಾಗಿ ನಡೆಸಿತು. ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ವೈದ್ಯಲೇಖನ ಕಲೆಯ ಕುರಿತು ವೈದ್ಯಕೀಯ ವಿದ್ಯಾರ್ಥಿಗಳಿಗೆ ಕಾರ್ಯಾಗಾರ ಮತ್ತು ಸುಮಾರು ೧೨೫ ಶಾಲಾ ಶಿಕ್ಷಕರಿಗೆ ಮಾರ್ಗದರ್ಶನ ಶಿಬಿರ ಸಮಾರಂಭ ಮುಖ್ಯ ಆಕಷರ್ಣೆಯಾಗಿದ್ದು. ಅವರ ಬೆನ್ನ ಹಿಂದೆಯೇ ಶಿವಮೊಗ್ಗ, ಬೆಳಗಾವಿ ಚಿತ್ರದುರ್ಗ ಜಿಲ್ಲಾ ಘಟಕಗಳು ಸ್ಥಾಪನೆ ಗೊಂಡು ಪರಿಷತ್ತಿನ ಧ್ಯೇಯೋದ್ದೇಶಗಳನ್ನು ಜಾರಿಗೊಳಿಸಲು ಅಣಿಯಾಗಿವೆ.

ಕನ್ನಡ ವೈದ್ಯ ಸಾಹಿತ್ಯ ಪರಿಷತ್ತು ತನ್ನ ಮಡಿಲಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳ ಯೋಜನೆ-ಹಲವಾರು ಜನಸಾಮಾನ್ಯರೊಡನೆ ವೈದ್ಯರಿಂದ ಮುಕ್ತಸಂವಾದ, ಬಹು ಜನೋಪಯೋಗಿ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮ, ವೈದ್ಯಕೀಯ ಕಾಲೇಜುಗಳಲ್ಲಿ ತರುಣ ಬರಹಗಾರರಿಗೆ ತರಬೇತಿ ಕಾರ್ಯಾಗಾರ, ಸ್ಪರ್ಧೆ, ವೈದ್ಯ ಸಂಗಮವೆಂಬ ಉತ್ತಮ ವೈದ್ಯ ಲೇಖನಗಳ ಸಂಕಲನ ಪ್ರಕಟಣೆ, ಹಿರಿಯ ವೈದ್ಯ ಲೇಖಕರೊಡನೆ ಸಂಪರ್ಕ-ಚರ್ಚೆ ಮುಂತಾದ ಕಾರ್ಯಚಟುವಟಿಕೆಗಳು ಪರಿಷತ್ತನ್ನು ಜನರ ಮನೆಯ ಬಾಗಿಲವರೆಗೂ ಕರೆದು ತಂದಿವೆ.

ಈ ಬಾರಿ ವಾರ್ಷಿಕ ಸಮಾವೇಶವನ್ನು ೧೯೯೭ ಏಪ್ರಿಲ್ ೯ ರಂದು ಶಿವಮೊಗ್ಗೆಯಲ್ಲಿ ಅಲ್ಲಿಯ ಐ.ಎಂ.ಎ ಹಾಗೂ ಐ.ಎಂ.ಎ.ಕ್ಲಬ್‌ಗಳ ಸಹಯೋಗದಿಂದ ನಡೆಯಲಿದೆ. ಈ ಒಂದು ದಿನದ ಸಮಾವೇಶದಲ್ಲಿ ಪುಸ್ತಕ ಪ್ರದರ್ಶನ ಹಿರಿಯ ವೈದ್ಯಸಾಹಿತಿಗೆ ಸನ್ಮಾನ, ಮುಕ್ತ ಗೋಷ್ಠಿಗಳನ್ನು ಹಮ್ಮಿಕೊಳ್ಳಲಾಗಿದೆ. ಪರಿಷತ್ತು ನಡೆದುಬಂದ ದಾರಿಗಿಂತ, ನಡೆಯಲಿರುವ, ಸಾಧಿಸಲಿರುವ ದಾರಿ ಬಹಳಷ್ಟಿದೆ. ಇದು ಕೈ ಗೂಡಿದರೆ ಜನಸಾಮಾನ್ಯರ ಹೃದಯಕ್ಕೆ ತೀರ ಹತ್ತಿರವಾದ, ಉಪಯುಕ್ತ ವೇದಿಕೆಯಾಗು ವುದರಲ್ಲಿ ಸಂಶಯವಿಲ್ಲ.

ಕ್ರೂರ ಮನಸ್ಸುಗಳು ಖಾಕಿ ತೊಟ್ಟವರಲ್ಲೂ ಇದ್ದಾಗ ಬಾಗಲ್ಪುರನಲ್ಲಾದಂಥ ಘಟನೆಗಳು ಮರುಕಳಿಸುತ್ತಿರುತ್ತವೆ, ಹೊಸ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಹುಟ್ಟುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಅಪರಾಧಿಗಳಿಗೆ ಮುಲಾಮು ಹಚ್ಚುವ ಕೆಲಸ ಪೊಲೀಸರಿಗೇಕೆ ?



ಜನವರಿ ೨೭ರಂದು ಗುಲಾಬ್‌ಚಂದ್ ತಲಾಕ್‌ಚಂದ್ ಆಪ್ತಾಲ್ಮಿಕ್ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗೆ ಶಂಕರ್ ಪ್ರಸಾದ್ ಗುರುಪ್ರಸಾದ್‌ನನ್ನು ಸೇರಿಸಲಾಯಿತು. ಆತನ ಕಣ್ಣು ಅರೆಗುರುಡಾಗಿತ್ತು. ಮಾದಕದ್ರವ್ಯ ಹೊಂದಿದ್ದರ ಆಪಾದನೆ ಮೇಲೆ ಬಂಧಿತನಾಗಿದ್ದ ಆತನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ತಲೆನೋವಿಗೆ ಹಚ್ಚುವ ಟೈಗರ್ ಬಾಮ್ ಹಚ್ಚಿ ತಪ್ಪೊಪ್ಪಿಗೆ ಪಡೆಯಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಲಾಯಿತಂತೆ.

ಫೆಬ್ರವರಿ ೧೧ರಂದು ಕಳ್ಳತನದ ಆಪಾದನೆಗೀಡಾಗಿದ್ದ ಒಬ್ಬನು ಇದೇ ರೀತಿ ಕಣ್ಣು ಬಿಡಲಾಗದೆ ಬಂದು ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಸೇರಿದ. ಜೂಜಾಡಿದ ಆಪಾದನೆಗೀಡಾಗಿ ಜಾಮೀನಿನಿಂದ ಹೊರ ಬಂದಿದ್ದರೂ, ಮತ್ತೆ ಪೊಲೀಸರಿಂದ ಅಕ್ರಮ ಬಂಧನ ಮತ್ತು ಬರ್ಬರ ಚಿಕಿತ್ಸೆಗೀಡಾದ ಇನ್ನೂ ಐದು ಜನ ಫೆಬ್ರವರಿ ೧೧ರಂದು ಆ ಆಸ್ಪತ್ರೆ ಸೇರಿದ್ದರು.

ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ಸೂಪರಿನ್‌ಟೆಂಡೆಂಟ್‌ರಾದ ರೇಖಾ ಗೋಸಾಲಿ(ಯಾ)ಯವರಿಗೆ ಇದು ಸಂದೇಹಾಸ್ಪದ ಕೇಸ್‌ಗಳಾಗಿದ್ದವು. ''ಪೊಲೀಸರು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಾಮ್ ಹಚ್ಚಿದರು'' ಎಂಬ ಅಪರಾಧಿಗಳ ಹೇಳಿಕೆಯನ್ನು ಮೊದಲಿಗೆ ಅವರು ನಂಬದಿದ್ದರೂ ಆ ಬಳಿಕ ನಂಬಲೇಬೇಕಾಯಿತು. ಅತೀವ ಉರಿ, ಬರಬರ ಸುರಿವ ನೀರು, ಆಲ್ಕಾಲಿಕ್‌ನಿಂದ ಕೊರೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ಕಣ್ಣು ಗುಡ್ಡೆಗಳು, ಕಣ್ಣನ್ನು ತೆಗೆಯಲಾಗದಂಥ ಸ್ಥಿತಿ, ಬಹುಮಟ್ಟಿಗೆ ಕುರುಡು.

ಇದು ಆಸ್ಪತ್ರೆಯ ವೈದ್ಯರಿಗೆ ತಿಳಿದಿರದ ರೋಗ. ಬಂದವರೆಲ್ಲರೂ ಪೊಲೀಸ್‌ರಿಂದ ಬಂಧಿಸಲ್ಪಟ್ಟವರು. ಆದ್ದರಿಂದ ರೇಖಾ ಗೋಸಾಲಿ ಆರೋಪಿಗಳು ಹೇಳಿದ ಕಥೆಯನ್ನು ನಂಬಲೇ ಬೇಕಾಯಿತು. ಅಲ್ಲದೆ ಕಣ್ಣಿನ ಈ ಲಕ್ಷಣಕ್ಕೆ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ನಿಶ್ಚಿತ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಇರಲಿಲ್ಲವಾದ್ದರಿಂದ ಸಾಧ್ಯವಾದ ಚಿಕಿತ್ಸೆ ಮಾತ್ರ ಮಾಡಬೇಕಾಯಿತು.

ಫೆಬ್ರವರಿ ೧೪ರಂದು ರೇಖಾ ಗೋಸಾಲಿಯವರು ಪತ್ರಿಕೆಗೆ ಹೇಳಿಕೆ ನೀಡಿ ''ಅವರ ಕಣ್ಣು ನೂರಕ್ಕೆ ನೂರು ಹಿಂದಿನಂತಾಗದಿದ್ದರೂ, ಕಣ್ಣ ದೃಷ್ಟಿ ಮರಳಲಿದೆ'' ಎಂದರು. ಕಳ್ಳತನದ ಆಪಾದನೆಗೀಡಾದ ೩೦ರ, ಗಾಡಿದೂಡುವ ವಿನೋದ್ ನಾಥ ಮಕ್ವಾನ ರಾಜ್‌ಕೋಟ್‌ನ ಬಿ ಡಿವಿಜನ್ನಿನ ಇಬ್ಬರು ತನ್ನ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಾಮ್ ಹಚ್ಚಿದರು ಎಂದ.

ಎಣ್ಣೆ ಟ್ಯಾಂಕ್ ಟ್ರಾನ್ಸ್‌ಪೋರ್ಟರ್, ಜೀವನ್ ಮಶ್ರು, ಡ್ರೈವರ್ ಗಫಾರ್ ಸಿದ್ದೀಕ್, ಸಾಮಾನ್ಯ ನೌಕರರಾದ ಮಂಗಲ್‌ದಾಸ್ ಬಾಬುದಾಸ್, ಚೋಟು ಪೋಪಟ್, ಕೈಗಾಡಿ ಎಳೆ ಯುವ ಯೂಸುಫ್ ಗನಿಮೀರ್ ಇಸ್ಪೀಟ್ ಆಡಿದ ಆರೋಪಕ್ಕೀಡಾದವರು.

ಪೊಲೀಸರು ಮೊದಲಿಗೆ ಇವರು ಪರಸ್ಪರ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಾರಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿ, ಬಳಿಕ ಬಟ್ಟೆ ಬಿಚ್ಚಿಸಿದರಂತೆ, ಬಳಿಕ ಅವರ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಪೊಲೀಸರು ಬಾಮ್ ಹಚ್ಚಿದರು. ಮಶ್ರು ಅದು ಟೈಗರ್‌ಬಾಮ್ ಎಂದು ಗುರುತಿಸಿದವನು. ಅದು ಬಿಟ್ಟರೆ ಉಳಿದ ವರ್‍ಯಾರೂ ಕಣ್ಣುಜ್ಜಿಕೊಳ್ಳುತ್ತಿರುವುದು ಹೊರತು ಕಣ್ಣು ಬಿಟ್ಟು ನೋಡುವ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿರಲಿಲ್ಲ. ರೇಖಾಗೋಸಾಲಿ ಈ ಬಗೆಗೆ ಕೂಡಲೆ ಡಿ.ಸಿ.ಪಿ. ಯವರಿಗೆ ಕಾಗದ ಬರೆದರು. ಇದನ್ನು ಕಮಿಶನರ್ ರಿಗೆ ತಲುಪಿಸಲಾಯಿತು.

ಫೆಬ್ರವರಿ ೧೭ರಂದು ಗುಜರಾತಿ ಭಾಷೆಯ 'ಜನಸತ್ತಾ' ಪತ್ರಿಕೆ ಈ ಕತೆಯನ್ನು ಹೊರಗಿಡುವುದರೊಂದಿಗೆ ಮರುದಿನವೇ ಈ ಘೋರ ಪಾತಕ ದೇಶಾದ್ಯಂತ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಭಾಷಾ ಪತ್ರಿಕೆಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳಕಿಗೆ ಬಂತು.

ಕೂಡಲೇ ಗುಜರಾತ್ ಸರಕಾರವು ಸದರಿ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ ಭಾಗಿಗಳಾಗಿದ್ದರೆನ್ನಲಾದ ೯ ಜನ ಪೊಲೀಸರನ್ನು ಸಸ್ಪೆಂಡ್ ಮಾಡುವುದರೊಂದಿಗೆ ಈ ಪ್ರಕರಣದ ತನಿಖೆಯನ್ನು ಸಿ.ಐ.ಡಿ. ಡಿ.ಸಿ.ಪಿ. ಕೆ.ಎಲ್.ಎನ್.ರಾವ್ ಇನ್‌ಸ್ಪೆಕ್ಟರ್ ರ್‍ಯಾಂಕ್‌ಗಿಂತ ಮೇಲಿನವರಾದ್ದರಿಂದ ಅವರ ಸಸ್ಪೆಂಡ್ ಗೃಹ ಖಾತೆಯಿಂದಲೇ ಆಗ ಬೇಕಾಗುತ್ತಾದ್ದರಿಂದ ಉಳಿದುಹೋಯಿತು.

ಅಂದೇ ರಾಷ್ಟ್ರೀಯ ಮಾನವ ಹಕ್ಕುಗಳ ಆಯೋಗವು ಸರಕಾರದಿಂದ ಈ ಬಗ್ಗೆ ವರದಿ ಕೇಳಿತು. ಐ.ಪಿ.ಸಿ. ೩೩೦/೩೩೧ರಂತೆ ಪೊಲೀಸರ ಮೇಲೆ ಎಫ್.ಐ.ಆರ್.ಸಲ್ಲಿಸಲಾಯಿತು. ಸಿ.ಐ.ಡಿ.ಯವರು ಎಫ್.ಐ.ಆರ್.ನಲ್ಲಿ ಕೆ.ಎಲ್.ಎನ್.ರಾವ್‌ರ ಹೆಸರನ್ನು ಎರಡು ದಿನಗಳ ಬಳಿಕ ವಿಚಾರಿಸಿ ಸೇರಿಸಿದರು.

ರಾವ್ ಜಾಗದಲ್ಲಿದ್ದ ಹಿಂದಿನ ಅಧಿಕಾರಿ ಭೂಕಬಳಿಕೆ ಇತ್ಯಾದಿ ತರಲೆಗಳಿಂದ ವರ್ಗಾವಣೆಯಾಗಿದ್ದ. ಆದರೆ ವರ್ಗ ಮಾಡಿದ ಜಾಗಕ್ಕೆ ಹೋಗದೆ ಇಲ್ಲೇ ರಾಜಕೀಯ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಇದೇ ಜಾಗ ಹಿಡಿಯಲು ನೋಡುತ್ತಿದ್ದ. ರಾವ್‌ರನ್ನು ದೂಡಿ ಮತ್ತೆ ಅದೇ ಸ್ಥಾನದಲ್ಲಿ ತಳವೂರಲು ಆತ ಹಿಂದುಗಡೆಯ ಬಾನಗಡಿ ಮಾಡಿರಬಹುದೆಂಬ ಶಂಕೆಯೂ ಇದೆ.

ಗುರುದೇವ್ ಪ್ರಸಾದ್ ಮತ್ತು ಮಶ್ರು ನೇರವಾಗಿ ಬಾಮ್ ಹಚ್ಚಿದವರಲ್ಲಿ ರಾವ್ ಸಹ ಸೇರಿದ್ದಾರೆ ಎಂದು ದೂರಿತ್ತಿದ್ದಾರೆ. ರಾವ್ ಮೊದಲಿಗೆ ನಿರೀಕ್ಷಣಾ ಜಾಮೀನು ಪಡೆಯುವಲ್ಲಿ ವಿಫಲರಾಗಿದ್ದರೂ, ಬಳಿಕ ಹೈಕೋರ್ಟಿಗೆ ಹೋಗಿ ಅದನ್ನು ಪಡೆದರು. ಒಂಬತ್ತರಲ್ಲಿ ಐವರು ಪೊಲೀಸರೂ ನಿರೀಕ್ಷಣಾ ಜಾಮೀನು ಪಡೆದಿದ್ದಾರೆ.

ಏನೇ ಇದ್ದರೂ ಪೊಲೀಸರು ಬಂಧಿಸಿದವರನ್ನು ಕೋರ್ಟಿಗೆ ಹಾಜರುಪಡಿಸದೆ ತಾವೇ ಅಪರಾಧಿಗಳಿಗೆ ಇಂಥ ಅನೈತಿಕ ಶಿಕ್ಷೆ ನೀಡುವುದೆಂದರೆ, ನ್ಯಾಯಾಂಗದ ಅಗತ್ಯವಾದರೂ ಏನು? ಬಿಹಾರದ ಬಾಗುರದಲ್ಲಿ ಕೈದಿಗಳ ಕಣ್ಣು ಕಿತ್ತ ಬಳಿಕದ ಇನ್ನೊಂದು ಘೋರ ಕೃತ್ಯವಿದು.

ಈ ಏಳು ಜನರಲ್ಲದೆ ಸಾಕ್ಷಿಯಾಗಿದ್ದ ಬಡಗಿ ರಮೇಶ್‌ಪಟೇಲ್ ಮತ್ತು ಪತ್ನಿ ಜಯಾಳಿಗೂ ಪೊಲೀಸರು ಕಣ್ಣಿಗೆ ಬಾಮ್ ಹಚ್ಚಿದ್ದರು ಆದರ ಪ್ರಮಾಣ ಕಡಿಮೆಯೆನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಆಸ್ಪತ್ರೆ ವರದಿಯಂತೆ ಬಾಮ್‌ನೊಂದಿಗೆ ದಾಲ್ಚಿನ್ನಿ ಪುಡಿ ಮತ್ತು ಲವಂಗದೆಣ್ಣೆಯನ್ನೂ ಏಳು ಜನ ಆರೋಪಿಗಳ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಹಾಕಲಾಗಿತ್ತು.

ಈಗ ರಾಜು, ಗೋವಿಂದ ಭಾರದ್ವಾಜ್ ಇತ್ಯಾದಿ ಆಪಾದಿತರೂ ಪೊಲೀಸರ ಮೇಲೆ ಬಾಮ್ ಹಚ್ಚಿದ ದೂರು ನೀಡಿದ್ದಾರೆ. ಇವರೆಲ್ಲರೂ ಭಾರೀ ಅಪರಾಧಿಗಳೂ ಅಲ್ಲ. ಚಿಕ್ಕ ಪುಟ್ಟ ಆಪಾದನೆಗೀಡಾದ ಇವರ ಬಾಯಿ ಬಿಡಿಸಲು ಪೊಲೀಸರು ಇಷ್ಟು ಕೀಳುಮಟ್ಟಕ್ಕಿಳಿದದ್ದೇಕೆ ?



ನಿಷ್ಫಲವಾದ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನಾ ವಿಧಾನಗಳು



ಓರ್ವ ವ್ಯಕ್ತಿಗೆ ಯಾವುದೇ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನಾ ವಿಧಾನಗಳನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿದರೂ ಮಕ್ಕಳಾಗುವುದು ತಪ್ಪಲೇ ಇಲ್ಲ. ಒಂದಾದ ಮೇಲೆ ಇನ್ನೊಂದರಂತೆ ಹತ್ತು ಮಕ್ಕಳು ಆಗಿಯೇ ಹೋದವು.

ಆತನ ಮನೆಗೆ ಬಂದು ಆತನ ಬೃಹತ್ ಕುಟುಂಬದ ಮಾಹಿತಿ ಪಡೆದ ಕುಟುಂಬ ಯೋಜನಾ ಸಲಹೆಗಾರರು ತಮ್ಮ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯೊಂದಿಗೆ ಬಂದು (ವೈದ್ಯರು ಮತ್ತು ದಾದಿಯರ ತಂಡ) ಆತನೊಡನೆ ಮಾತನಾಡಿ ವಿವರಗಳನ್ನು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿದರು.

''ನಿನ್ನ ಹೆಂಡತಿಗೆ ಗರ್ಭನಿರೋಧಕಗಳನ್ನು (Contraceptives) ಬಳಸಲು ಏಕೆ ಹೇಳಬಾರದು ?'' ಎಂದು ಆತ ಕೇಳಿದ.

'ಗರ್ಭ ನಿರೋಧಕಗಳನ್ನು ಆಕೆ ಬಳಸುತ್ತಿದ್ದಳು ಡಾಕ್ಟರ್, ಆಕೆ ಬಳಸಿಯೂ ಕೂಡ ಈ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟಿದುವು,'' ಎಂದು ತನ್ನ ಹತ್ತು ಮಕ್ಕಳಲ್ಲಿ ಇಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತೋರಿಸಿದ ಆ ಗಂಡ.

''ಹಾಗಿದ್ರೆ ನೀನು ನಿರೋಧನ್ನು ಯಾಕಯ್ಯ ಬಳಸಬಾರದು?'' ಎಂದು ಆ ಸಲಹೆಗಾರ ಕೇಳಿದ.

''ನಾನು ನಿರೋಧನ್ನು ಬಳಸಿದೆ ಡಾಕ್ಟರ್. ಆದರೂ ಈ ಇನ್ನಿಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟಿದುವು'' ಎಂದು ಇನ್ನಿಬ್ಬರು ಮಕ್ಕಳನ್ನು ತೋರಿಸಿದ.

ಈ ಎರಡು ವಿಧಾನಗಳು ನಿಷ್ಪ್ರಯೋಜಕವಾದುದರಿಂದ ಸಹಜವಾಗಿಯೇ ಬೇಸರಗೊಂಡ ಆ ಸಲಹೆಗಾರ ''ನೀನು ವ್ಯಾಸೆಕ್ಟೆಮಿಯನ್ನ ಯಾಕಯ್ಯ ಮಾಡಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಿಲ್ಲಾ ?'' ಎಂದು ಕೇಳಿದ.

ಹ್ಯಾಪಮೋರೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ಆ ವ್ಯಕ್ತಿ, ''ಡಾಕ್ಟ್ರೇ ! ವ್ಯಾಸೆಕ್ಟೆಮಿಯನ್ನೂ ನಾನು ಮಾಡಿಸಿಕೊಂಡೆ. ನಂತರ ಈ ಮೂರು ಮಕ್ಕಳು ಹುಟ್ಟಿದವು,'' ಎಂದು ಹೇಳಿದ.

ಈ ವ್ಯಾಸೆಕ್ಟೆಮಿ ಆಪರೇಶನ್ ಕೂಡ ನಿಷ್ಫಲವಾದುದನ್ನು ತಿಳಿದು ತುಂಬಾ ಕೋಪಗೊಂಡ ಆ ಸಲಹೆಗಾರ ''ಇಂಥಾ ಸಂದರ್ಭದಲ್ಲಿ ಎರಡು-ಮೂರು ವರ್ಷಗಳು ನಿನ್ನ ಹೆಂಡತಿಯೊಡನೆ ಮಲಗದೆ ಬೇರೆ ಕಡೆ ಯಾಕಯ್ಯಾ ಮಲಕ್ಕೋಬಾರದು?'' ಎಂದು ಕೇಳಿದ.

ಆ ಹತಾಶ ವ್ಯಕ್ತಿ, ''ನೀವು ಹೇಳಿದ ರೀತಿಯೇ ಮಾಡಿದೆ ಸ್ವಾಮಿ, ಮೂರು ವರ್ಷಗಳಿಂದ ಅವಳ ಜೊತೆ ಮಲಗಲಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ, ಹತ್ತರಲ್ಲಿ ಇನ್ನುಳಿದ ಈ ಮೂರು ಮಕ್ಕಳು ಆಗ ಹುಟ್ಟಿದವು'' ಎಂದು ಹೇಳಿದ.

ಆ ಸಲಹೆಗಾರ ಹುಚ್ಚು ಕೆರಳಿದಂತೆ ತನ್ನ ತಲೆಗೂದಲು ಕಿತ್ತುಕೊಂಡು, 'ಹೋ' ಎಂದು ಅರಚುತ್ತ ತನ್ನ ಸಿಬ್ಬಂದಿಯೊಡನೆ ಆ ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಕ್ಕೆ ಬಂದ.

● ಎಸ್. ವಿಶ್ವನಾಥ

★: ನನ್ನ ಸ್ಕೂಲ್‌ನಲ್ಲಿ, ನನ್ನ ಬರವಣಿಗೆಯನ್ನು ನೋಡಿ, ಮೇಷ್ಟ್ರು ಹೇಳಿದರು, ನೀನು ಡಾಕ್ಟರ್ ಆಗು ಅಂತ ನಾನು ಕಷ್ಟ ಪಟ್ಟು ಆದೆ.

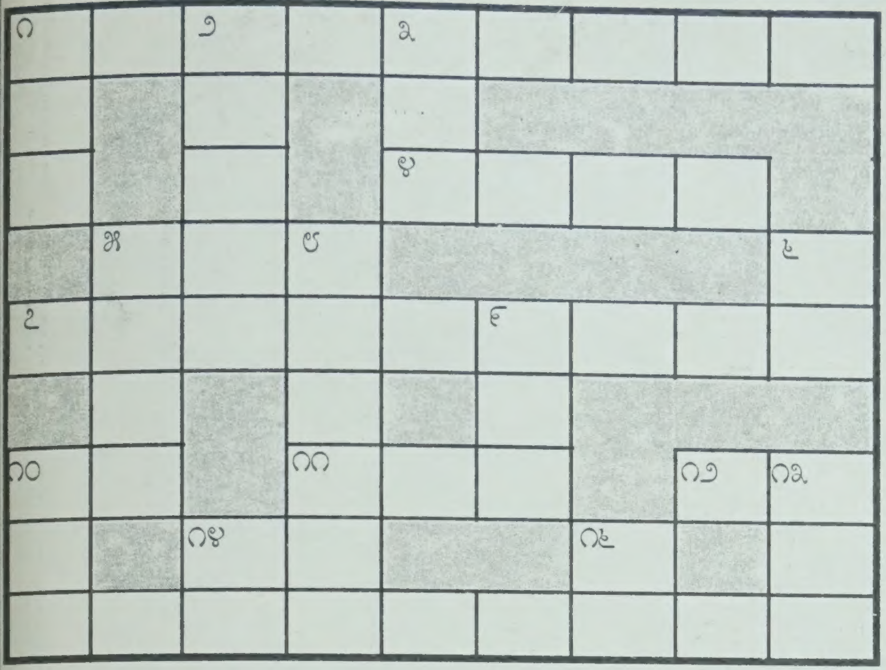
★: ''ನನ್ನ ಹೆಂಡ್ತೀನ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಿ ಅಂತ ಬೇರೆ ಊರಿಗೆ ಕಳಿಸಿದ್ದಕ್ಕೆ ಕೃತಜ್ಞತೆಗಳು ನನಗೆ ನಿಜವಾಗಿಯೂ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಬೇಕಾಗಿತ್ತು ಡಾಕ್ಟ್ರೇ''

★: ಉಡುಪು ಕಳಚು ಎಂದು ಹೆಂಡತಿಗೆ ಹೇಳಿ, ಅವಳ ಗಂಡನಿಂದ ಬಿಲ್ಲನ್ನು ಕಸಿಯುವ ಧೈರ್ಯವಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯೇ ವೈದ್ಯ.

● ಸಂಪಟೂರು ವಿಶ್ವನಾಥ

Edited, Printed, Published and Owned by : Adanagouda T. Patil
940, I Floor, 8th B Main, III Block, III stage, Basaveshwaranagara, Bangalore-560 079 Ph : 3357198
Printed at : DIKSOOCHI PRINTERS No. 97, West of Chord Road, III Stage, II Block, Basaveshwaranagara, BANGALORE- 560 079. Ph : 3386606

ವೈದ್ಯಕೀಯ ಪದಬಂಧ



ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ

೧. ಗ್ಲುಕಾಗಾನ್ ಮತ್ತು ಇನ್ಸುಲಿನ್ ರಸದೂತವು ಇದರಿಂದ ಒಸರುತ್ತದೆ. (೯)

೪. ಮೊತ್ತ ಮೊದಲ ಮತ್ತು ಇಂದಿಗೂ ಹೆಚ್ಚು ಬಳಕೆಯಲ್ಲಿರುವ ಆಂಟಿಬಯಾಟಿಕ್(೪)

೫. ನೋವು ಗುಣವಾಗುತ್ತಿದೆ! (೩)

೭. ಒಂದು ಅಂಡಾಣುವಿನ ಮೇಲೆ ಎಷ್ಟು ವೀರ್ಯಾಣುಗಳನ್ನು (ಬೀಜಾಣು) ಕೂರಿಸಬಹುದು ? (೯)

೧೦. ಡಾಕ್ಟರ್‌ಗಳು ಹೆಚ್ಚು ಕೊಡುವುದು ಇದನ್ನೇ. (೨)

೧೧. ಜಡ ಶರೀರವನ್ನು ಹೀಗೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. (೩)

೧೨. ದೇಹದಲ್ಲಿನ ಗ್ರಂಥಿಗಳು ಒಸರುವವುಗಳನ್ನು ಹೀಗೆನ್ನುತ್ತಾರೆ. (೨)

೧೪. ಆಸ್ತಮಾಕ್ಕೆ ಹೀಗೂ ಹೇಳುತ್ತಾರೆ. (೨)

೧೫. ಹೆಂಗಸರ ಆಯುಷ್ಯ ಕುಂದಿಸುವ, ಬಹುಪಾಲು ೫೦ನೇ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಜನನಾಂಗದ ಕಾಯಿಲೆ. (೯)

ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ

೧. ಚರ್ಮದ ಮೂರು ಭಾಗಗಳಲ್ಲಿ ಇದು ಹೊರಗಿನದು. (೩)

೨. ....ಓಮದ ಕಷಾಯ ಜೀರ್ಣಕ್ಕೆ ಒಳ್ಳೆಯದು (೩+೨)

೩. ಸರಕಾರಿ ಆಸ್ಪತ್ರೆಗಳ ವ್ಯವಸ್ಥೆ ಮತ್ತು ಮದ್ದು ಹೀಗಿದೆ! (೩)

೫. ಪೋಲಿ ವೈದ್ಯರಲ್ಲಿಗೆ ಹೋದರೆ ಇದೇ ಗತಿ. (೪)

೬. ನಮ್ಮ ಮುಖದ ಮತ್ತು ಹೊಟ್ಟೆಯ ಅಳತೆ ಇಷ್ಟು (೨)

೮. ಹಿಂದುಳಿದ ನಾಡುಗಳ ಆಹಾರ ಸಮಸ್ಯೆ ಆರೋಗ್ಯಕ್ಕೆ ಸಂಬಂಧಿಸಿದಂತೆ ಹೀಗಿದೆ.(೬)

೯. ನಾಲಗೆ (೩)

೧೦. ಸಿಡುಬು ರೋಗವನ್ನು ಜನ ದೇವಿಯ ಭಯದಿಂದ ಹೀಗೆಂದು ಹೌಹಾರಿದ್ದರು!(೩)

೧೩. ದಾಂಪತ್ಯ ಸಮಸ್ಯೆಗಳು ಇವರಿಂದಲೂ ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ. (೩)

೧೬) ಇಂಥದೊಂದು ಹುಳು ನಮ್ಮ ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿದೆ (೨)

ಸರಿಯುತ್ತರಗಳು

ಎಡದಿಂದ ಬಲಕ್ಕೆ :
೧.ಮೇದೋಜೀರಕ ಗ್ರಂಥಿಗಳು, ೪. ಪೆನ್ಸಿಲಿನ್, ೫. ಶಮನ, ೭. ಐವತ್ತು ಸಾವಿರ ವೀರ್ಯಾಣು, ೧೦. ಮಾತ್ರೆ, ೧೧. ಸಸನೆ, ೧೨. ರಸ, ೧೪. ದಮ್ಮು, ೧೫. ಯೋನಿಮುಖದ ಏಡಿಗಂತಿ,

ಮೇಲಿನಿಂದ ಕೆಳಕ್ಕೆ :
೧. ಮೇಲ್ಚರ್ಮ , ೨. ಜೀರಿಗೆ , ೩. ಕಳಪೆ , ೫. ಶವಯಾತ್ರೆ, ೬.ಗೇಣು, ೮.ನಸಾರ ಸಮ್ಮುಖ, ೯. ರಸನೆ , ೧೦. ಮಾರಿಯೋ , ೧೩ . ಸವತಿ , ೧೬. ಲಾಡಿ.

JEEVANAADI
RNI NO 10/01/96 TCI KAN 0928
SAMAGRA KUTUMBA AAROGYA MANJARI Kannada Monthly